



فيلم
ذيل القرش
Shark Tale



أصدقاء الأسبوع



عماد نبيل

هبة صلاح مصطفى

أيمن عبد المنعم

لدنا أحمد جبر

أحمد محمد حجازي

بسنت يوسف مغاوري



ولاء عاطف محمد

أحمد إيهاب يوسف

نورهان محمد حسن

محمد مختار نصر

ميريت محمد محمود

عمر هشام عبد الفتاح



محمود عادل

جهاد نور محمود

محمد إيهاب يوسف

ميادة محمد مصطفى

يحيى رمضان شفيق

إسراء محمد طه



سهيلة أحمد محمد

أحمد طارق صلاح

نصر نصر الله أبو الحسن

عبد الرحمن علاء

نورهان حسن محمود

مينا عادل



إسراء يسرى

نورا رمضان على

أياد طارق سرور

هاجر شبيه أحمد

محمود مجدى جاد الدين

أنجي رشدي



مريم محمد عبد الرحمن

سجدة مختار حسن

محمد جمال شعبان

نهي مختار نصر

مريم سيد محمد

مياد وليد محمد

النموذج المثالي للتخطيط..

■ تحل علينا هذه الأيام الذكرى الخالدة لانتصار الجيش المصرى فى حرب أكتوبر المجيدة .. تلك الحرب التى أعادت لنا كرامتنا ومكانتنا التى إهتزت بسبب حرب يونيو .. كانت حرب أكتوبر نموذجاً للقيادة السليمة التى حفزت همم الجنود واستفادت من طاقاتهم البشرية الكبيرة وجعلتهم يعبرون أكبر مانع مائى فى التاريخ وهم جميعاً يصيحون الله أكبر فوق كيد المعتدى ..

كانت حرب أكتوبر هى الفرصة الكبيرة التى أثبت فيها جنود مصر قدراتهم وكفاءاتهم وقوتهم فى تحقيق هدف القيادة المنشود وهو تحقيق النصر الكبير بأقل قدر من الخسائر ..

علينا أن نستفيد من نموذج حرب أكتوبر باعتباره النموذج الأمثل للقيادة والتخطيط والتوجيه .. وعلينا تحقيق هذه الاستفادة فى التخطيط السليم لمذاكرة المناهج المقررة وكيفية الاستفادة من الوقت المخصص للمذاكرة فى تحصيل أكبر قدر ممكن من المقرر المدرسى واستيعابه بدرجة كبيرة حتى لا يمكن نسيانه بعد فترة قصيرة من الوقت ..

حرب أكتوبر نموذج مثالى للتخطيط السليم .. علينا جميعاً أن نستفيد منه ..
.. وكل عام وأنتم بخير

مؤنس زهيرى



مجلة الجيل الجديد
تصدر أسبوعية كل سبت عن
دار



رئيس مجلس الإدارة
إبراهيم سعد

رئيس التحرير
مؤنس زهيرى

عنوان مجلة بلبل ٦ شارع الصحافة
مبنى دار أخبار اليوم - القاهرة
تليفون:

0582800/0582600/0582800

عنوان بلبل على الانترنت:

www.akhbarelyom.
org.eg/bolbol

عنوان البريد الإلكتروني

www.akhbar@
akhbarelyom.org

سعر النسخة

مصر ١٥٠ قرشاً

سوريا ٢٥ ل.س. لبنان ١٠٠٠
ل.ل. الأردن ٧٠٠ فلس
الحكوى ٤٠٠ فلس السعودية
٤ ريال تونس ١ دينار المغرب
١٠ درهم البحرين ٤٠٠
دينار قطر ٤ ريالات الإمارات
دراهم سلطنة عمان
٤٠٠ ريالات الجمهورية
اليمنية ١٠٠ ريال فلسطين
والضفة ٦٠ سنت المملكة
المتحدة ٧٥ بنس جك إيطاليا
٥٠٠٠ ليرة السودان ١٥٠ دينار
اليونان ٤٠٠ درخمة - أمريكا
٤ دولارات - تركيا مليون
ونصف ليرة
العراق ١٥٠٠ دينار عراقي

الاشتراكات السنوية

داخل مصر ٧٨ جنيهاً مصرياً
الدول العربية ٦٨ دولاراً
أمريكا دول أوروبا واتحاد
البريد الافريقى ١٠٦ دولاراً
أمريكا الولايات المتحدة
وكندا ١٣٤ دولاراً أمريكياً
اليابان وأستراليا ودول أمريكا
الجنوبية ١٩٧ دولاراً أمريكياً

السداد نقداً أو بشيك
لأمرد أخبار اليوم،
٣ (١) شارع الصحافة القاهرة
جمهورية مصر العربية



ذكرى أكتوبر العظيمة



ها قدر هبت رياحين
أكتوبر اليانة ولعت درة
الاستقلال الساطعة
واسمرت بساتين الفداء
زهورا ضاحكة فبحلول
ذكرى السادس من أكتوبر
العاشر من رمضان نتذكر
مع اننا لا ننسى أبدا
أبطال مصر الذين كللت

ثغورهم رائحة الصيام المزوجة بمسك الايمان العطر
متحفزين منتظرين الساعة التي طال انتظارهم لها
لست سنوات كاملة لم يداعب النوم المريح أعينهم ولم
تثلج الراحة التامة صدورهم ولم تطمئن السعادة
الغامرة أفئدتهم فانطلقوا كالنور الجارية لتتناول
فرائسها فعلى أرض الفيروز الغرة أذاقوا أعدائهم
الكنوس المرة وأعادوا سيناء الدرة الى مصرهم الحرة
ليصبحوا خير شاهد على أن مصر ولادة الأبطال على
مر العصور ومنيع النجوم لكل العالم فقد اتحد
الشعب المصري كله وأصبح كتلة واحدة وصخرة
جامدة لا تتزعزع ولا تتفتت فالشعب أصبح كالسد
المنيع لا يتحرك ولا تؤثر فيه زلازل الحروب ولا
براكين النزاعات والشعب أصبح نارا مشتعلة
بالحماس لا تخمد الشكوك ولا تطفأ الصراعات
فهنيئا لمصر بأبطالها وأمجادها
اللهم بارك لمصرنا الحبيبة واجعلها شامخة كما كانت
على مر العصور قاهرة الأعداء مقبرة للغزاة بسواعد
أبناءها يارب العالمين
أحمد إبراهيم اسماعيل حمودة / ١٤ سنة / الجيزة



عمل في للصديقة
زينب ماهر / ١٢ سنة / الجيزة



ضحكات

• اثنين اصدقاء راكبين
موتسيكل بيتخافقوا مين
يقعد جنب الشباك.
• مرة واحد بتاع فيديو
جيم مات كتبوا على قبره
Game over
• مرة واحد بخيل حلم أن
فلوسه بيتسرق بطل ينام.
شروق حسام مصطفى
١٠ سنوات / الاسكندرية

معلومة دينية

نزل القرآن على النبي
ﷺ في ليلة القدر من
شهر رمضان.
من أسماء القرآن
الكريم: القرآن، الكتاب،
الفرقان، الذكر، التنزيل.
عدد سور القرآن الكريم
١١٤ سورة منها ٨٦ سورة
انزلت في مكة ٢٨ سورة
انزلت في المدينة المنورة
عدد آيات القرآن الكريم
٦٢٣٦ آية.

تهلة حسام مصطفى

١٢ سنة / الاسكندرية

الصديقة آلاء أحمد
محمد نجيب تقدم أجمل
التهاني القلبية للأميرة
ريا أحمد مسد إبراهيم
بمناسبة عيد ميلادها
وتهنة قلبية خاصة من
خالتي زانا وإيمان وتيته
إعتماد وماما سمر وبابا
أحمد ولوتى ألف مبروك
وعقبال ١٠٠ سنة يا ريا



التغذية وأثارها على سلامة أسنان الأطفال

وحديث صحفي مع الدكتور / ايهاب ضبيش



• في البداية يقول: ليس
من شك بأن للتغذية أثر
فعال على سلامة
الأسنان، فالتغذية
الجيدة تخلق أسنانا قوية
التركيب ومقاومة
للصدمات، والتغذية
السيئة تؤدي إلى أسنان
ضعيفة وهشة.

• وأضاف: لا يفضل أن نلجأ إلى الأدوية لتقوم مقام
التغذية بل نأخذها من مصادرها الطبيعية مثل:
الألبان والبيض والخبز الأسمر، والخضار واللحوم،
وزيت السمك، والفواكه بأنواعها وأشكالها.
• وأشار: نلاحظ في المدن ولع (الأطفال) بال
الشيكولاتة، وتتفنن بعض الشركات في الدعاية
لها فيتعلق (الطفل) بها فتسبب نخر وتسوس في
الأسنان.

• ويرى الدكتور ايهاب ضبيش: أن يصدر على كل ورقة
شيكولاتة أنها ضارة بالأسنان.. حذو شركات
السجائر.. أنها ضارة بالصحة.

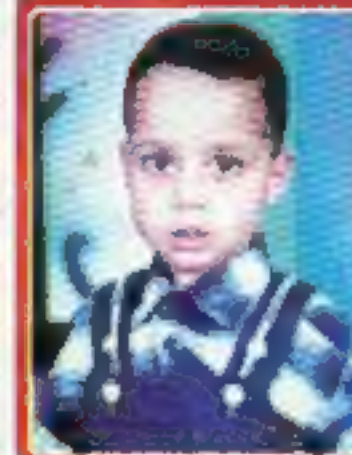
• ويؤكد: على أن الرغبة في تخليق مجتمع قوى قادر
على تحمل الصدمات.. تبدأ من تغذية أطفالنا
تغذية سليمة.

حيث تبدأ الأسنان بالتكون في الجنين وقبل خروجه
إلى العالم بسنة أشهر، وتتكون إلى حد كبير من
أملاح الكالسيوم والفسفور، وفيتامينات أ، ج، د.

وفي ختام الحديث يضيف (الدكتور ايهاب ضبيش)
صاحب المركز النموذجي لأسنان الأطفال ولذلك على
الأم الحامل الاكثار من الألبان واللحوم والأسماك
والفواكه، وعلى الحامل زيارة الطبيب «طبيب الأسنان»
كل أربعة أشهر.

ومن هنا ندرك أهمية الغذاء وأثره على سلامة الأسنان.

دينا يسرى شاهين / ١٢ سنة / المنوفية



إحتفل الصديق عمر
أشرف عبد السلام بعيد
ميلاده العاشر وتهنة
قلبية حارة من بابا وماما
وجميع أفراد العائلة عيد
ميلاد سعيد.

أجمل التهاني القلبية
للأميرة شروق ضياء
عبد الله بمناسبة عيد
ميلادها الأول وتهنة
من بابا وماما وجميع
أفراد العائلة.



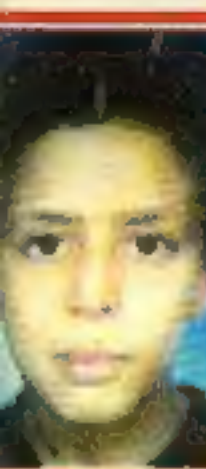
المعلمة المثالية
خالد أحمد محمد الصغير
الطالب بالصف السادس
الابتدائي بمدرسة شبرا
الابتدائية القديمة أرسل
إلينا صورة الأستاذة فايقة
محمد حسن استاذ اللغة
العربية بالمدرسة لترشيحها
المدرس المثالي لأنها معلمة
فاضلة وتم إختيارها المعلمة
المثالية وقد كافأها وزير
التعليم العام الماضي





احتفلت أسرة الصديقتين ريهام ورميساء طارق التونسى بعيد ميلادهما السعيد والعودة الى المدارس معا وشاركهم الأهل والأصدقاء هذه المناسبة السعيدة

اجمل التهاني القلبية من بابا وماما وجميع افراد العائلة للأميرة اسراء سعد حمزة بمناسبة عيد ميلادها السعيد عيد ميلاد سعيد



اجمل باقة ورد للصديقتين هبه وبهاء أحمد السنوسى بمناسبة عيد ميلادهما السعيد وتهنئة قلبية حارة من بابا وماما وجميع افراد الأسرة عيد ميلاد سعيد

كوكب المشتري

حققت السفينتان الفضائيتان (فويجرا) (فويجرا) عام ١٩٧٩ نجاحا مذهبا، إذا أن المعلومات التي حصلنا عليها عن كوكب المشتري وحلقاته وأقماره، بهرت العين وساعدت العلماء على وضع نظريات حديثة طورت بشكل قوى من فهمنا لهذا الكوكب الهائل، المشتري هو الكوكب الخامس بعدا عن الشمس ويدور حولها مرة واحدة كل ١٢ عام. دينا مدحت هارون / ٨ سنوات، الجيزة



الفرقة القومية للموسيقى العربية بثقافة المنوفية المركز الثانى على مستوى الجمهورية

والطربين برعاية / سعيد عثمان مدير عام ثقافة المنوفية الموسيقيون (مصطفى السكري، ناصر عبد المنعم، محمد فؤاد عامر، صبرى العالم) والطربون (أحمد غريب، صفوت بدوى، نسمة فرحات، أماني مختار). دعاء يسرى شاهين / ١٤ سنة / المنوفية

حصلت الفرقة القومية للموسيقى العربية بثقافة المنوفية بقيادة الفنان المبدع الأستاذ مدحت العالم على المركز الثانى على مستوى الجمهورية فى المسابقة التى أجريت بين فرق الهيئة العامة لقصور الثقافة برئاسة الدكتورة رتيبة الحفنى. وتضم الفرقة كوكبة من الموسيقيين



مسرحية رجل وعشر سنوات

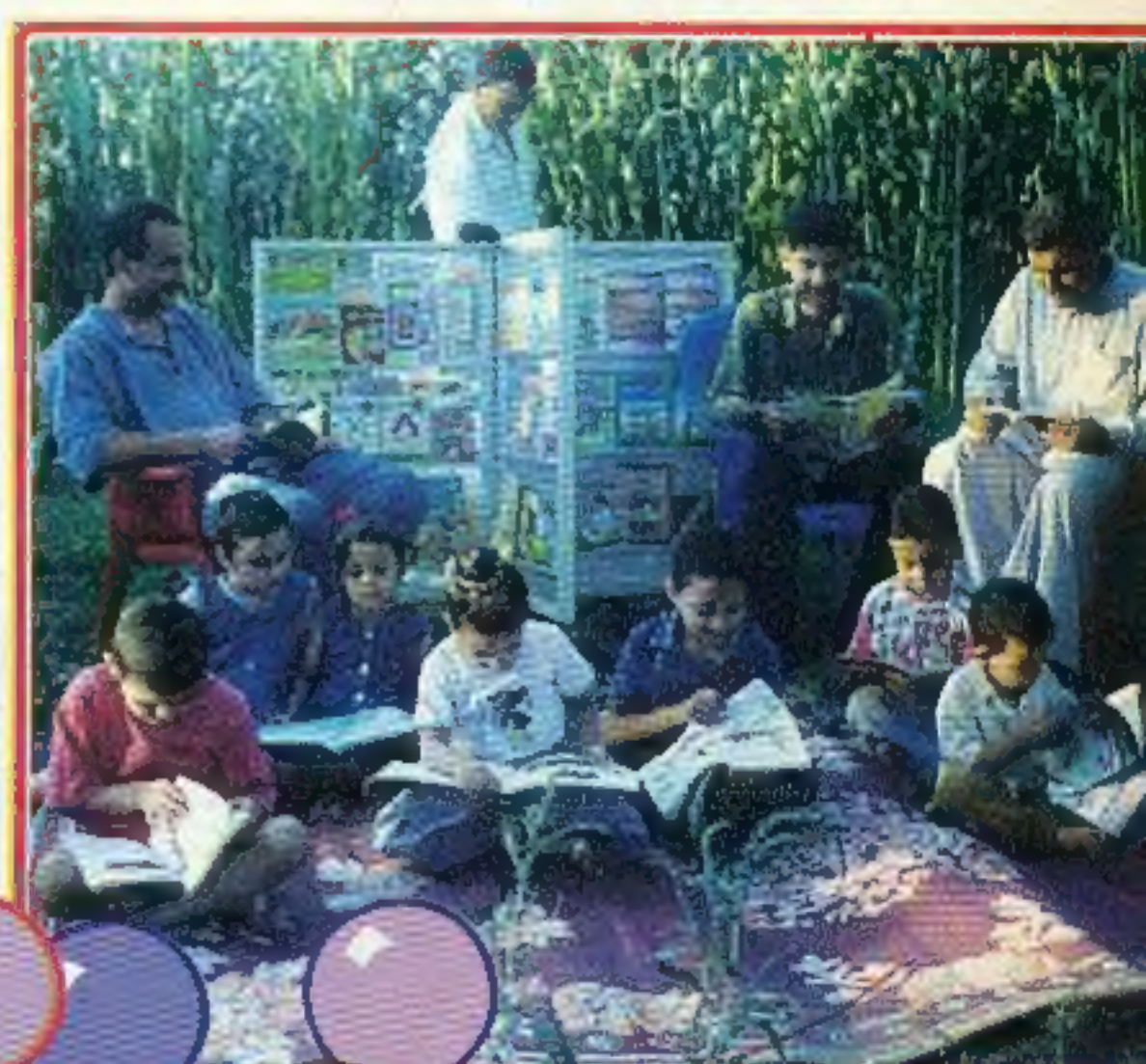
على مسرح مدارس النيل الخاصة بسرس اللبان

الخاصة والصورة للفنان مظهر أبو النجا مع الأستاذ مكاوى زايد الجمال يشرح لأحدى الطالبات دورها فى المسرحية. أمير جمال حسنى / سرس اللبان، منوفية

استضاف الأستاذ / مكاوى زايد الجمال الأستاذ الفنان مظهر أبو النجا لعمل بروقات مسرحية رجل وعشر سنوات والتي سوف تعرض على مسرح مدارس النيل

جمعية رواد بيت ثقافة سرس اللبان بالمنوفية ومهرجان القراءة للجميع

تبنت جمعية رواد بيت ثقافة سرس اللبان (بالمونوفية) برئاسة الأستاذة ثناء محمد الدسوقي، ورعاية الأستاذ سعيد عثمان مدير عام ثقافة المنوفية فكرة (المكتبة المتنقلة) ضمن مشروع القراءة للجميع صيف عام ٢٠٠٤م، وحق كل طفل فى القراءة والاطلاع والتثقيف وحملت على عاتقها توصيل (الكتاب) للمناطق الزراعية، التى بها كثرة سكنية فى أطراف مدينة سرس اللبان، ومعها كتيبة العمل من العاملين ببيت ثقافة سرس اللبان.. من أجل تنوير جيل المستقبل. محمد يسرى شاهين / ٩ سنوات، المنوفية



حرص الإسلام على طلب العلم

حرص القرآن الكريم والرسول ﷺ على حض المسلمين على طلب العلم، فقال الله تعالى: «قل هل يستوى الذين يعلمون والذين لا يعلمون»، وقال عز وجل: «وقل ربى زدنى علما»، وقال رسول الله ﷺ: «طلب العلم فريضة على كل مسلم ومسلمة»، كما قال: «ولأن تفدو فتتعلم بابا من العلم خير من أن تصلى مائة ركعة»، وقال: «حضور مجلس عالم أفضل من صلاة ألف ركعة، وعبادة ألف مريض، وشهود ألف جنازة، فضيل يارسول الله، ومن قراءة القرآن ٩ فقال وهل ينفع القرآن إلا بالعلم، وكانت فدية أسرى بدر أن يعلموا أطفال المساكين القراءة والكتابة. دعاء عبد الباقي صابر أحمد ١٤ سنة، الدقهلية / المنصورة



عمل فنى للصديقة: ميرفت عبد الرحيم / ١٥ سنة / الجيزة

بريد الأصدقاء



إحتفل الأستاذ هشام عبد السلام والأسرة بعيد ميلاد سماء وعبد الرحمن هشام والجميع يتمنون لهما حياة سعيدة ومستقبل مشرق وتهنئة خاصة من ماما أماني



صديقتنا المجلة نور وأميرة أحمد عبد العزيز إحتفلنا بعيد ميلادهما السعيد في جو تملؤه السعادة والبهجة وشاركهم هذه المناسبة السعيدة بابا وماما والأهل والأصدقاء



أجمل التهاني القلبية من بابا وماما للأمور زياد محمد عبد السلام بمناسبة عيد ميلاده الأول ألف مبروك.



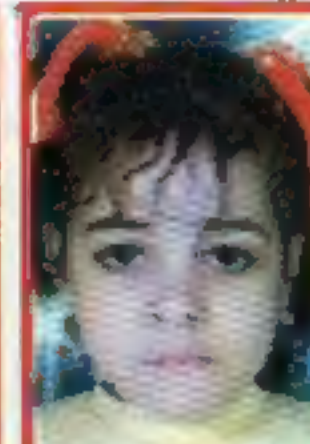
أجمل التهاني القلبية من سميرة رافت أمين إلى شقيقها محمد بمناسبة عيد ميلاده السعيد ويتقوله رينا يخليك لها وكل سنة وأنت طيب بمناسبة دخولك المدرسة KG1



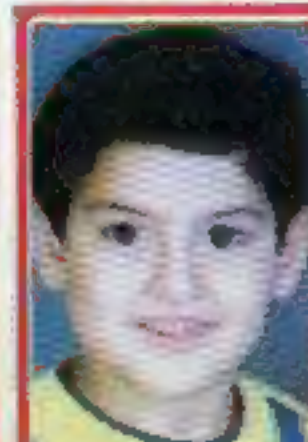
إحتفلت أسرة عبد الرحمن أبو بكر حسن بعيد ميلاده الثاني في جو عائلي بهيج وشاركه الأهل والأصدقاء هذه المناسبة السعيدة وتهنئة قلبية حارة من بابا وماما وجميع أفراد العائلة



إحتفل الأستاذ بدر عبد الدايم بعيد ميلاد تجليه أحمد وشريف في حفل عائلي بهيج وشاركه هذه المناسبة السعيدة جميع الأهل والأصدقاء وتهنئة قلبية حارة من الأستاذ محمد فرج الله ألف مبروك وعقبال ١٠٠ سنة



أجمل التهاني القلبية من بابا وماما وجميع أفراد العائلة لأصدقاء المجلة هيام ونهاد وسارة محمد عبد العزيز بمناسبة عيد ميلادهم السعيد ألف مبروك وعقبال ١٠٠ سنة



أصدقاء المجلة محمد ومصطفى وأحمد ماجد سعد الدين إحتفلت الأسرة بعيد ميلادهما السعيد في جو أسرى جميل وتهنئة قلبية حارة من بابا وماما وجميع أفراد العائلة ألف مبروك وعقبال ١٠٠ سنة



تهنئة قلبية حارة من جدو إبراهيم شعبان مرسى إلى الأحفاد شيما ومحمد مرسى وآية سلامة إبراهيم بمناسبة عيد ميلادهم السعيد وشاركهم الأهل والأصدقاء هذه المناسبة مع دعوات الجميع لهم جميعاً بالصحة والسعادة



حسام وحسن رجب وإسلام ومحمد أحمد القن يقدمون أجمل باقة ورد للجنة العزيزة أسمه الشهاوى ويتمنون لها دوام الصحة



أجمل التهاني القلبية لصديقة مجلة الأبطال تقى محمود طوخي لالتحاقها بالصف الأول الابتدائي ألف مبروك يا تقى وعقبال ما تبقى طبيبه أطفال



أجمل التهاني القلبية من عيد خليل داهش للصغير هاني هاني خطاب لدخوله المدرسة وتهنئة خاصة من بابا وماما والجميع يتمنون له مستقبل مشرق بإذن الله



أرسلت الصديقة الجديدة مجلة الأبطال نورهان معوض السيد بصورتها وشقيقتها ندا ليشاركها الأصدقاء إحتفالها بعيد ميلادها وشقيقتها وتهنئة قلبية من جدو أبو مرسى وبابا وماما وجميع الأهل والأقارب ألف مبروك وعقبال ١٠٠ سنة



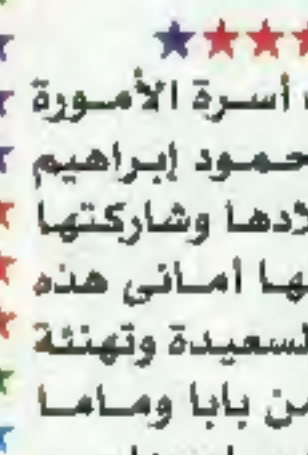
إحتفلت أسرة الصديقين مريم وأحمد حسن عوف بعيد ميلادهما وتهنئة حارة من بابا وماما وجميع أفراد العائلة



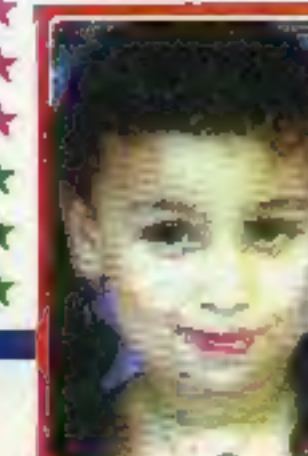
أجمل التهاني القلبية من بابا ثروت وماما أماني وشاهنده وآية لأجمل شقيقتين حبيبه وسارة ثروت حزين بمناسبة عيد ميلادهما السعيد وتهنئة خاصة من أسرة مجلة الأبطال ألف مبروك وعقبال ١٠٠ سنة



أرسلت الصديقة الجديدة مجلة الأبطال نورهان معوض السيد بصورتها وشقيقتها ندا ليشاركها الأصدقاء إحتفالها بعيد ميلادها وشقيقتها وتهنئة قلبية من جدو أبو مرسى وبابا وماما وجميع الأهل والأقارب ألف مبروك وعقبال ١٠٠ سنة



إحتفلت أسرة الأميرة هاجر محمود إبراهيم بعيد ميلادها وشاركتها شقيقتها أماني هذه المناسبة السعيدة وتهنئة خاصة من بابا وماما ونهاد وهيام وهاجر وجميع أفراد العائلة



عمل فني للصديق مؤمن عبد الحسوب / الإسكندرية



بريد الأصدقاء



أجمل التهاني القلبية
من مؤمن الضرواني
لأجمل عروسين د. يامن
محمد حجازي وعروسة
د. إيمان الصياغ وتهنئة
قلبية حارة من جميع
الأهل والأصدقاء مع
دعوات الجميع لهما
بدوام الصحة والسعادة

★★★★★



انضمت إلى أصدقاء
مجلة الأبطال الصديقة
ندى كمال من
الاسكندرية وشقيقتها
نهى ومنة الله عبد
الناصر وأسرة المجلة
ترحب بهم على
صفحاتها وتتمنى لهم
جميعاً دوام الصحة
والسعادة

★★★★★

صديقة المجلة فاتن
الشهاوي تقدم أجمل
باقة ورد لأجمل عروسين
هاني عابدين وسناء عبد
الله بمناسبة الخطوبة
السعيدة ألف مبروك
وعقبال الزفاف



أجمل التهاني القلبية
من بابا وماما وجميع
أفراد العائلة للصديق
محمد طارق أحمد
بمناسبة عيد ميلاده
السعيد ألف مبروك
وعقبال ١٠٠ سنة يا
محمد

★★★★★



تهنئة قلبية حارة من
عمو حسام وخالتو
نسرين للأمورة روان
حامد طلبة بمناسبة
عيد ميلاده السعيد
وتهنئة خاصة من بابا
وماما وجميع أفراد
العائلة

★★★★★



أجمل التهاني القلبية
من محمد محمود
وصفاء عبد الله
للصديق رفيق محمود
بمناسبة عيد ميلاده
السعيد ألف مبروك
وعقبال ١٠٠ سنة

★★★★★



أجمل التهاني القلبية
من بابا وماما وجميع
أفراد العائلة للصديق
محمد طارق أحمد
بمناسبة عيد ميلاده
السعيد ألف مبروك
وعقبال ١٠٠ سنة



انضم إلى أصدقاء مجلة
الأبطال الصديق محمد
سيدبشير وأسرة المجلة
ترحب بالصديق على
صفحاتها وفي انتظار
مساهماته ورسوماته
الشيقة في القريب
العاجل

★★★★★



أجمل التهاني القلبية
من صديق المجلة محمد
صالح الشهاوي وطلعت
السنهوري والوالد
إبراهيم دويدار للملازم
أول إسلام إبراهيم
دويدار بمناسبة تخرجه
من الكلية الفنية
العسكرية ألف مبروك

★★★★★



تهنئة من بابا عامر
خليل وماما وتيته وعمو
سمير وعمتو هالة وعبير
وتيته سميرة والأخوات
كريمة ويسمة لأجمل
شيماء ألف مبروك
وعقبال ١٠٠ سنة

★★★★★

احتفلت الأميرة آية
منصور أحمد بعيد
ميلادها الثاني في حفل
عائلي وتهنئة قلبية حارة
من بابا وماما وجميع
أفراد العائلة عيد ميلاد
سعيد وعقبال ١٠٠ سنة



أطفأت الأميرة نورهان
أشرف شمعة عيد
ميلادها السعيد في حفل
عائلي بهيج وشاركها
الأهل والأصدقاء هذه
المناسبة السعيدة عيد
ميلاد سعيد وعمر مديد
يا نورهان

★★★★★



احتفلت أسرة الصديقة
هدير أشرف شاهين بعيد
ميلادها السابع وسط
فرحة الأهل والأصدقاء
بمدينة سرس الليان
وتهنئة حارة من العم
يسرى شاهين وماما آمال
النشار وخالتو إبراهيم
ومحمد وطنط أشجان
عيد ميلاد سعيد

★★★★★



عمل فني للصديق، مها حامد / ١٢ سنة / الإسكندرية



احتفلت الأسرة بعيد
ميلاد الأميرة مروة سعيد
محمود وشاركها الأهل
والأصدقاء هذه المناسبة
السعيدة ألف مبروك
وعقبال ١٠٠ سنة يا مروة

★★★★★



أجمل التهاني القلبية
من بابا عادل حمدي
غانم لنجله أحمد
بمناسبة عيد ميلاده
السادس وتهنئة خاصة
من جدو الحاج حمدي
سليمان وعمو عماد
وعاطف والشقيقة إسراء
وماما بالملكة العربية
السعودية عيد ميلاد
سعيد وعمر مديد

★★★★★



أجمل باقة ورد من
صديق المجلة محمد
الشهاوي وأحمد حافظ
وطارق الخواجة
للأستاذ محمد
الخواجة وعروسه وفاء
الخواجة بمناسبة
الزفاف السعيد ألف
مبروك وبالفراخ والبنين

★★★★★



احتفلت أسرة
الصديقين ندى وعلاء
طارق محمد سعيد
ميلادها القلبية من بابا
وماما وجميع أفراد
العائلة وتهنئة خاصة
من الأستاذ هلال زيان
ألف مبروك

★★★★★



احتفلت أسرة الأستاذ
سعيد حامد بعيد ميلاد
نجليه عز الدين وأحمد
سعيد وشاركه هذه
المناسبة السعيدة جميع
أفراد العائلة وتهنئة
خاصة من حمادة أحمد
ألف مبروك وعقبال
١٠٠ سنة



بريد الأصدقاء



أجمل التهاني القلبية
من بابا وماما وجميع
أفراد العائلة للأميرة آية
محمد إبراهيم بمناسبة
عيد ميلادها السعيد
ألف مبروك وعقبال ١٠٠
سنة يا آية

أجمل التهاني القلبية
من بابا وماما وجميع
أفراد الأسرة للصديق
سيد شريف السيد
بمناسبة عيد ميلاده
السعيد عيد ميلاد سعيد
وعمر مديد

أطفأ الصديق محمود
أحمد حافظ شمعة عيد
ميلاده الأول في حفل
عائلي وشاركه الأهل
والأصدقاء هذه المناسبة
السعيدة وتهنئة خاصة
من بابا وماما ألف
مبروك يا محمود

أجمل التهاني القلبية
من بابا وماما لصديقي
المجلة مريم وأحمد علاء
الزغبى بمناسبة عيد
ميلادهما السعيد وأسرة
المجلة تشارك الصديقين
هذه المناسبة وتتمنى
لهم دوام الصحة
والسعادة

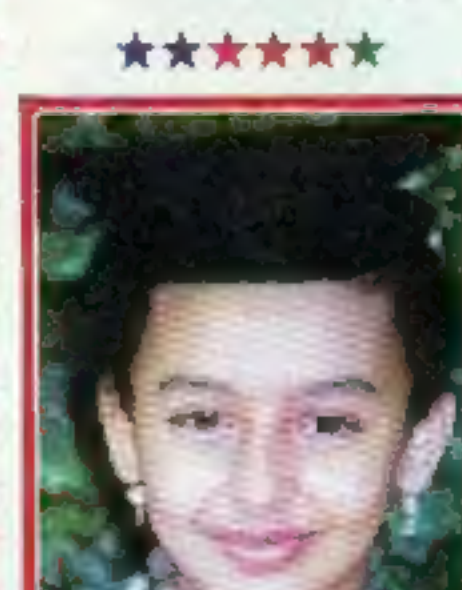
أجمل التهاني القلبية
من بابا وماما لصديقي
المجلة مريم وأحمد علاء
الزغبى بمناسبة عيد
ميلادهما السعيد وأسرة
المجلة تشارك الصديقين
هذه المناسبة وتتمنى
لهم دوام الصحة
والسعادة



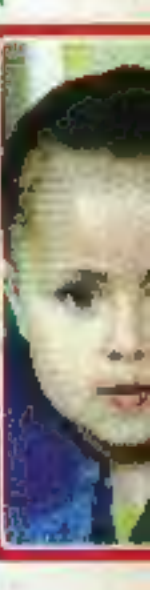
تهنئة قلبية من محمد
خالد إلى أجمل خاله
شيماء معوض وعريسها
محمد شحات بمناسبة
الزفاف السعيد ألف
مبروك وبالرفاء والبنين



أجمل التهاني القلبية
من بابا وماما وجميع
أفراد العائلة للأميرة
آية محمد إبراهيم
بمناسبة عيد ميلادها
السعيد ألف مبروك وعقبال
١٠٠ سنة يا آية



أجمل التهاني القلبية
من بابا وماما وجميع
أفراد العائلة للصديق
سيد شريف السيد
بمناسبة عيد ميلاده
السعيد عيد ميلاد سعيد
وعمر مديد



أجمل التهاني القلبية من الصغيرة
منة الله أشرف إلى أجمل عروسين
محمود صلاح وشيماء صلاح عبد
الفتاح بمناسبة الزفاف السعيد
ألف مبروك وبالرفاء والبنين.

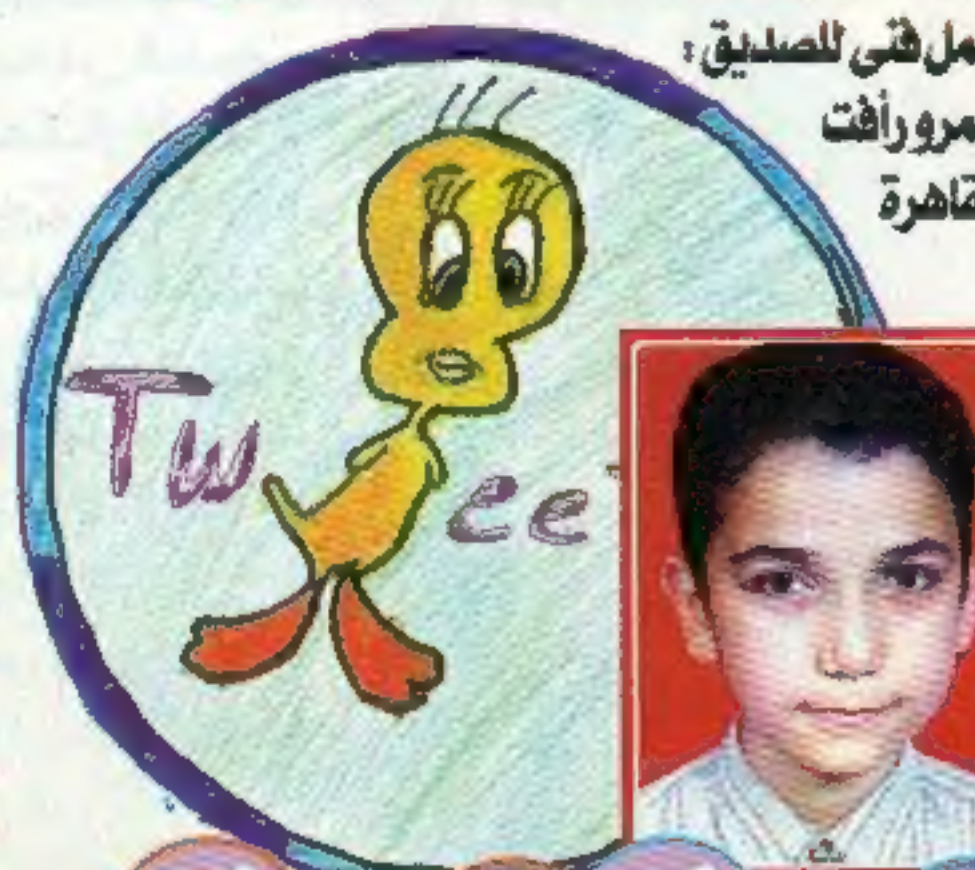
أجمل التهاني القلبية
من بابا وماما وخالتي
مها إمام للأميرة أمينة
محسن إمام بمناسبة
عيد ميلادها السعيد
ألف مبروك وعقبال
١٠٠ سنة أمينة

أجمل التهاني القلبية
من بابا وماما وخالتي
مها إمام للأميرة أمينة
محسن إمام بمناسبة
عيد ميلادها السعيد
ألف مبروك وعقبال
١٠٠ سنة أمينة

أجمل التهاني القلبية
من بابا وماما وخالتي
مها إمام للأميرة أمينة
محسن إمام بمناسبة
عيد ميلادها السعيد
ألف مبروك وعقبال
١٠٠ سنة أمينة



تهنئة من القلب إلى
أجمل عروسين من كريم
محمد مهران صديق
المجلة إلى تامر محمد
بكر وعروسه حنان
محمد مسعد بمناسبة
الخطوبة السعيدة وألف
مبروك وعقبال الزفاف



عمل فني للصديق
عمرو ألفت
القاهرة



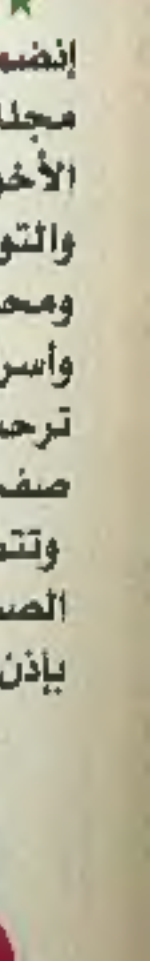
أجمل التهاني القلبية من
بابا عادل حمدي غانم
لنجله أحمد بمناسبة عيد
ميلاده السادس وتهنئة
خاصة من جدو الحاج
حمدي سليمان وعمو عماد
وعاطف والشقيقة إسراء
وماما بالملكة العربية
السعودية عيد ميلاد سعيد.

أجمل التهاني القلبية من
بابا عادل حمدي غانم
لنجله أحمد بمناسبة عيد
ميلاده السادس وتهنئة
خاصة من جدو الحاج
حمدي سليمان وعمو عماد
وعاطف والشقيقة إسراء
وماما بالملكة العربية
السعودية عيد ميلاد سعيد.



أجمل التهاني القلبية من
بابا عادل حمدي غانم
لنجله أحمد بمناسبة عيد
ميلاده السادس وتهنئة
خاصة من جدو الحاج
حمدي سليمان وعمو عماد
وعاطف والشقيقة إسراء
وماما بالملكة العربية
السعودية عيد ميلاد سعيد.

أجمل التهاني القلبية من
بابا عادل حمدي غانم
لنجله أحمد بمناسبة عيد
ميلاده السادس وتهنئة
خاصة من جدو الحاج
حمدي سليمان وعمو عماد
وعاطف والشقيقة إسراء
وماما بالملكة العربية
السعودية عيد ميلاد سعيد.



بريد الأصدقاء



ندى وفرح علاء محمد على إحتفلت الأسرة بعيد ميلادهما السعيد وتهنئة قلبية حارة من بابا وماما وجميع أفراد العائلة عيد ميلاد سعيد وعمر مديد



أجمل التهاني القلبية من بابا وماما للصديقه مروة شعبان بمناسبة عيد ميلادها السعيد وأسرة مجلة الأبطال تمنى لها دوام الصحة والسعادة



إحتفل الصديق العزيز محمد صلاح بعيد ميلاده في جو تملؤه الفرحه والسعادة وشاركه هذه المناسبة السعيدة بابا وماما وجميع أفراد الأسرة عيد ميلاد سعيد



إسراء خالد عبد العزيز إحتفلت بعيد ميلادها السعيد في جو عائلي بهيج وتهنئة خاصة من بابا وماما وجميع أفراد العائلة عيد ميلاد سعيد



أجمل التهاني القلبية من بابا وماما لأجمل صديقتين سهيلة وياسمين الريدى بمناسبة عيد ميلادهما السعيد وأسرة مجلة الأبطال تقدم أجمل التهاني وتتمنى لهما دوام الصحة والسعادة



صديقتنا المجلة آية وإيمان خالد محمد يهنئون ابنه العم سلمى محمود بعيد ميلادها الأول وتهنئة قلبية حارة من بابا محمود وماما هدى وخالته هناء وعمتو منى وتيته وجميع أفراد العائلة ألف مبروك وعقبال ١٠٠ سنة



هدير محمد عبده إحتفلت بعيد ميلادها السعيد وأسرة المجلة تشاركها هذه المناسبة السعيدة وتهنئة خاصة من ماما وبابا وجميع أفراد العائلة



مينا عادل إحتفل مع الأهل والأصدقاء بعيد ميلاده السعيد وتهنئة خاصة من بابا وماما وعمو مورييس صليب ألف مبروك



أجمل التهاني القلبية من بابا رضا وماما وعمو محمد السيد للأميرة زينب رضا محمد بمناسبة عيد ميلادها السعيد ألف مبروك وعقبال ١٠٠ سنة يا زينب

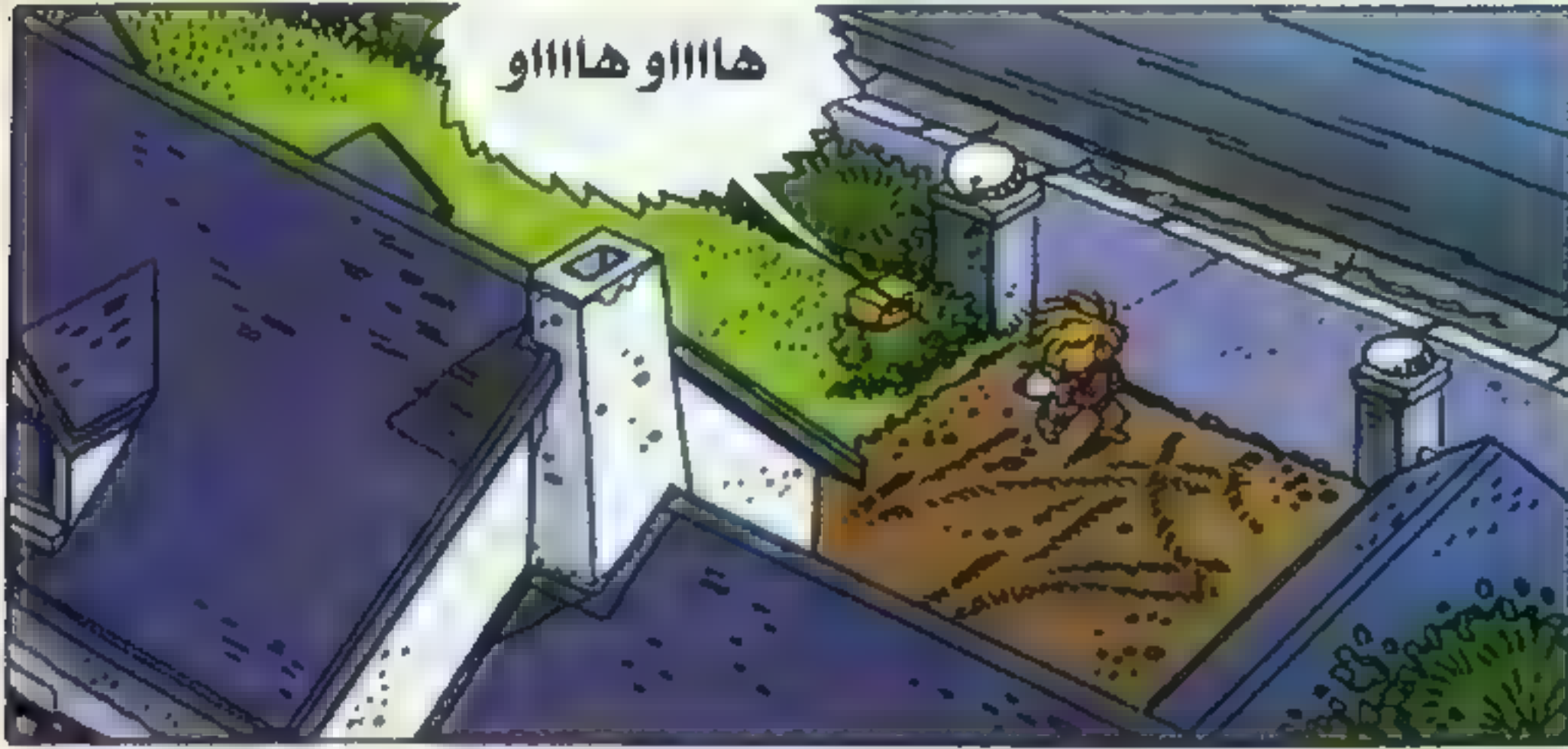
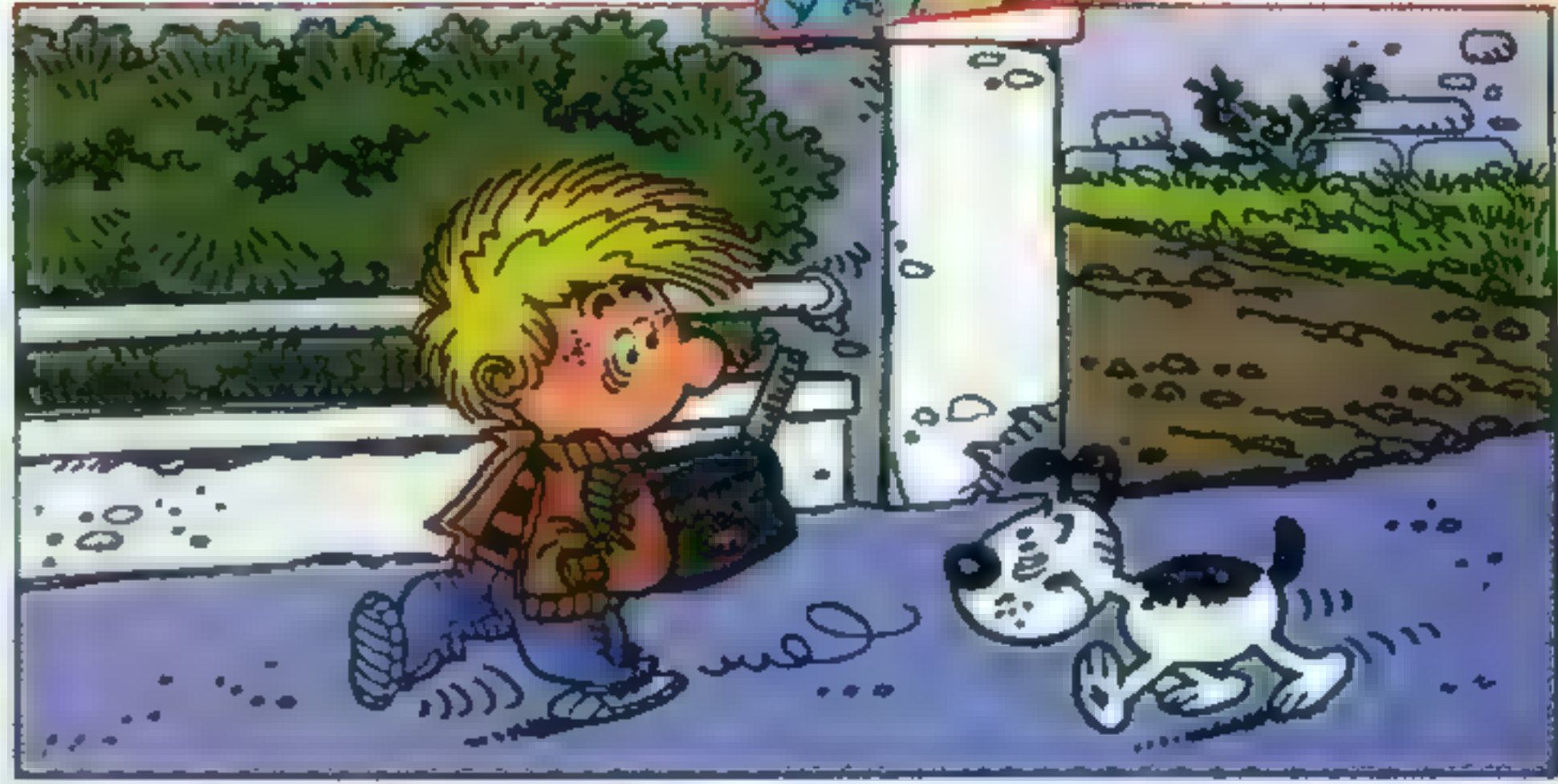
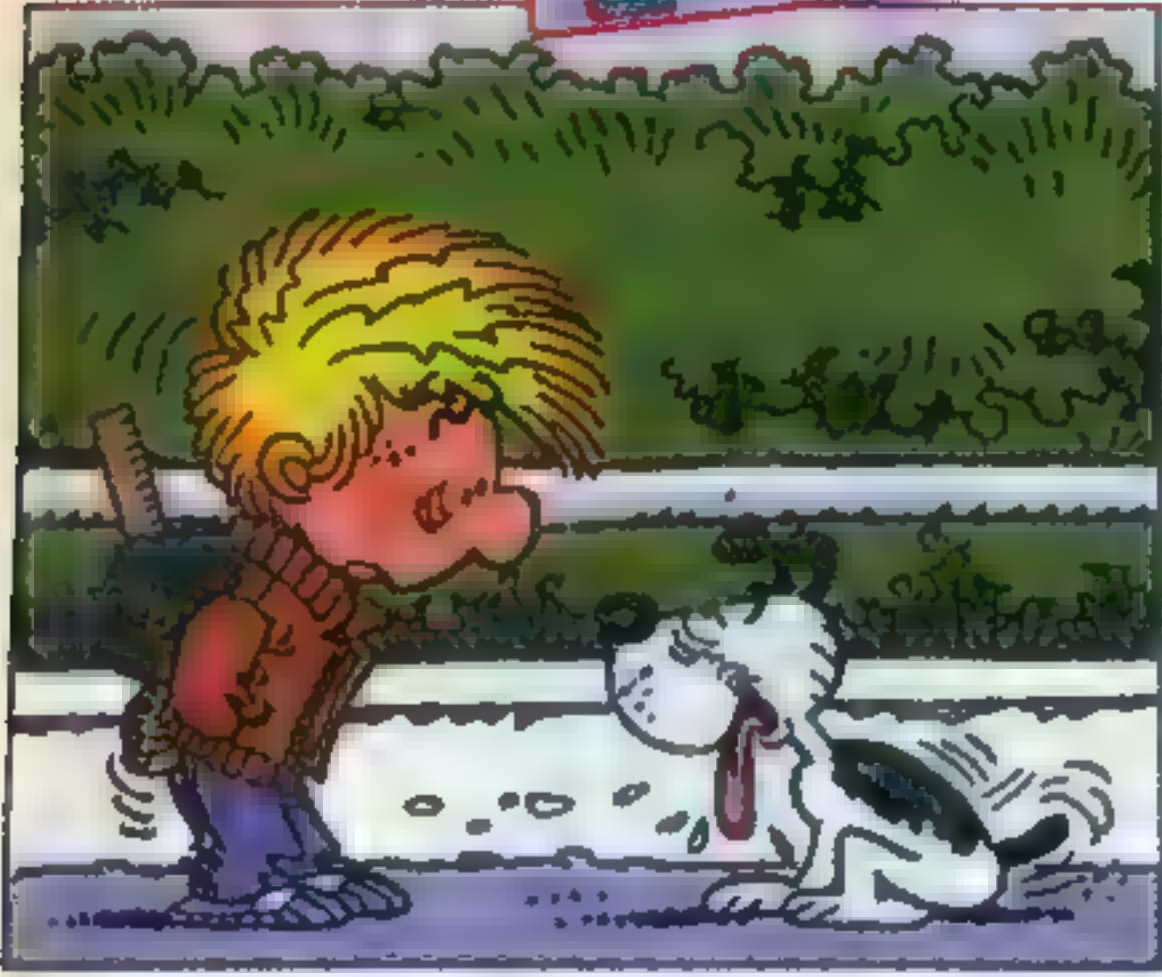


إحتفلت أسرة الصديق إسلام عبد الحكيم السيد الشيشي بعيد ميلاده الثاني وتهنئة من ماما وبابا وعمو جمال وجميع أفراد الأسرة

الجائزة الأولى لصديقة مجلة الأبطال

فازت الصديقة مى الزناتى - وهي الصديقة الدائمة لمجلة الأبطال - بالجائزة الأولى فى المسابقة الفنية لمهرجان القراءة للجميع عام ٢٠٠٤ والذي أقيم تحت رعاية السيدة الفاضلة سوزان مبارك ، وقد حصلت صديقتنا مى على شهادة تقدير ومجموعة كتب قيمة وشهادات استثمار وكلها جوائز تشجيعية لما أبرزته من قدرات فنية متميزة فى الأعمال الفنية التى قدمتها للمسابقة.. وقد قام محافظ القاهرة السيد الدكتور / عبد العظيم وزير بتسليم مى الزناتى جوائزها وذلك فى الإحتفال الكبير الذى أقيم بمناسبة إنتهاء المهرجان .. نتمنى للصديقة مى وهي قارئة لمجلة الأبطال من أول أعداها دوام التوفيق والنجاح فى مسابقات الأعوام القادمة ..





فيما بعد..

بندق!.. الحيوانات ليست لها مكان علي مائدة الطعام!..
بابا من فضلك لا تعطيه
الكثير من البسكويت!..



لا تطعماه الكثير من الحلوى
فهى مضرة لصحته!..

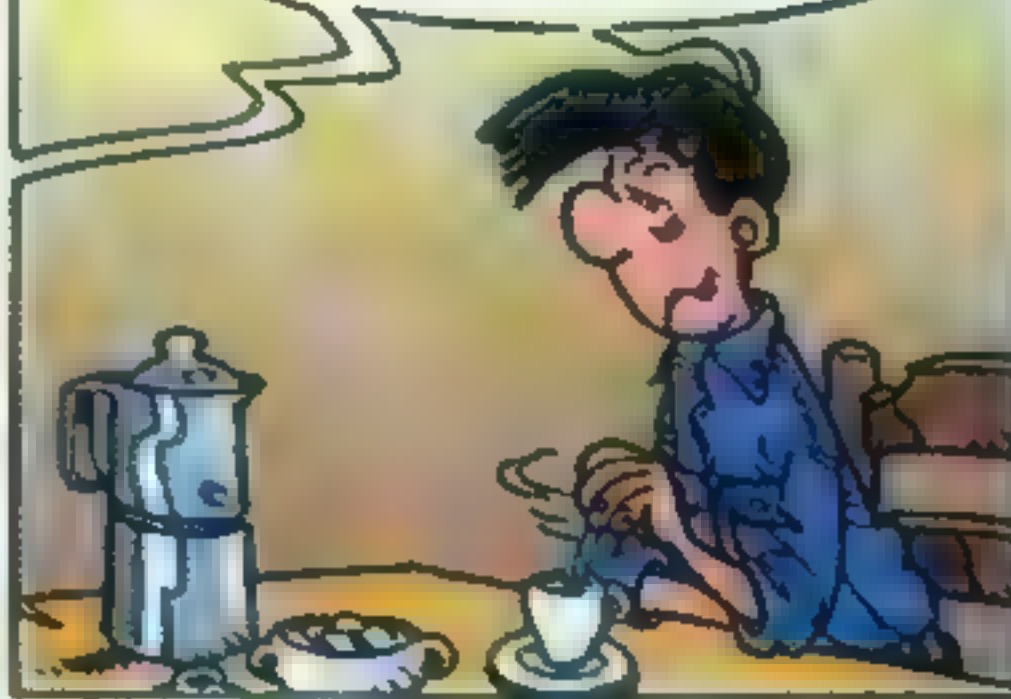
هىء هىء.. انه
مبسوط لأننى
أداعبه.. هىء هىء..



إيه.. أنا يجب أن أنام فلقد تأخر موعد نومى وبذلك
يمكن أن أستيقظ متأخرا على موعد مدرستى غدا
انتظرنى يا بندق فأنا أشعر بصدا ع
وأريد أن أنام..



يوجد دلو ومنشفة فى دولاب
المطبخ من منكما سيذهب
ليحضرهما وينظف المكان؟



هذا ما كنت أحذركما منه!.. لقد تناول كمية
طعام كبيرة!.. لقد رجع الطعام من معدته فى
كل أركان المنزل!..



وأنا أيضا مجهد وأريد
أن أذهب لأنام



ماما، هل ممكن أن ينام معى فى حجرتى؟
نعم، ولكن ينام على الأرض وليس
معك فى السرير!



لقد انتهيت من تناول الشاى
يا عزيزتى

حسنا!..

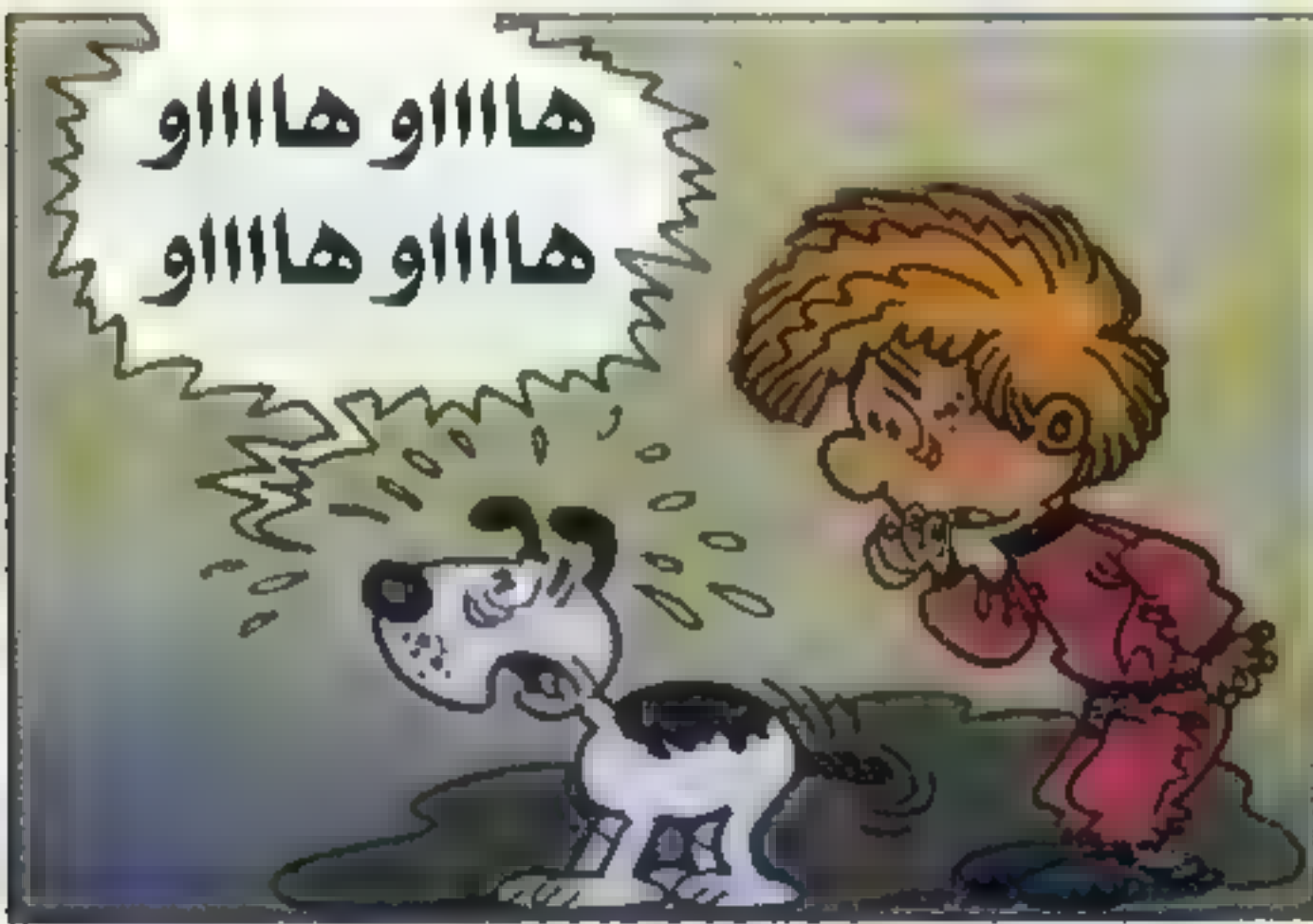


هاااا هاااا
هاااا هاااا
هاااا



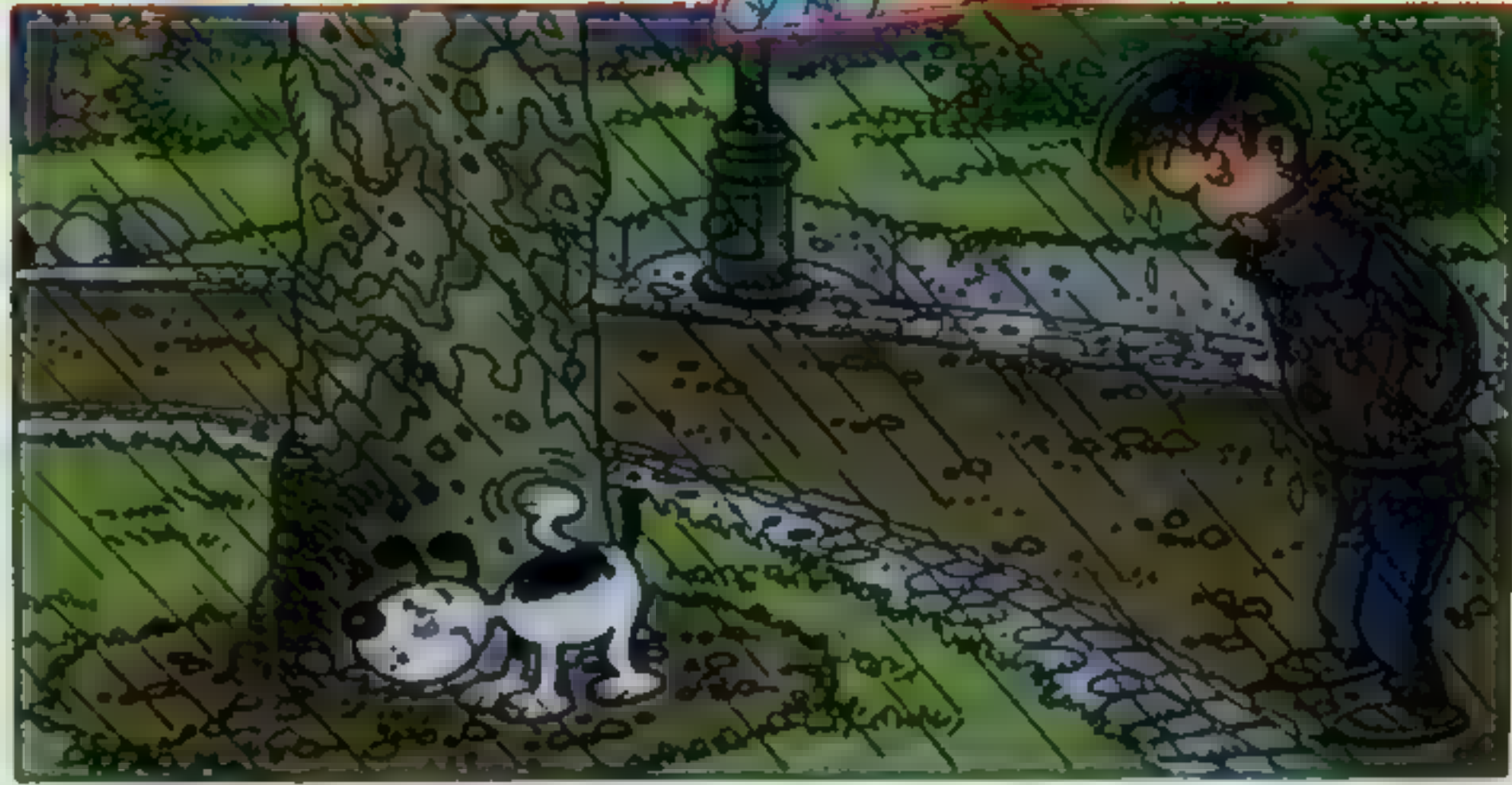
برووووم







لولو؟



عندما عدت الى المنزل منذ ساعة وجدت ابنتي كانت تبكي ولكنها في النهاية قد اقتنعت انه إما سرق أو تاه أو أصيب في حادث فهدأت وكفّت عن البكاء.. ولكنني فكرت في الخروج للمرة الأخيرة ربما أعثر عليه فهل ممكن أن تعطينه لي؟



طبعاً... بكل سرور..

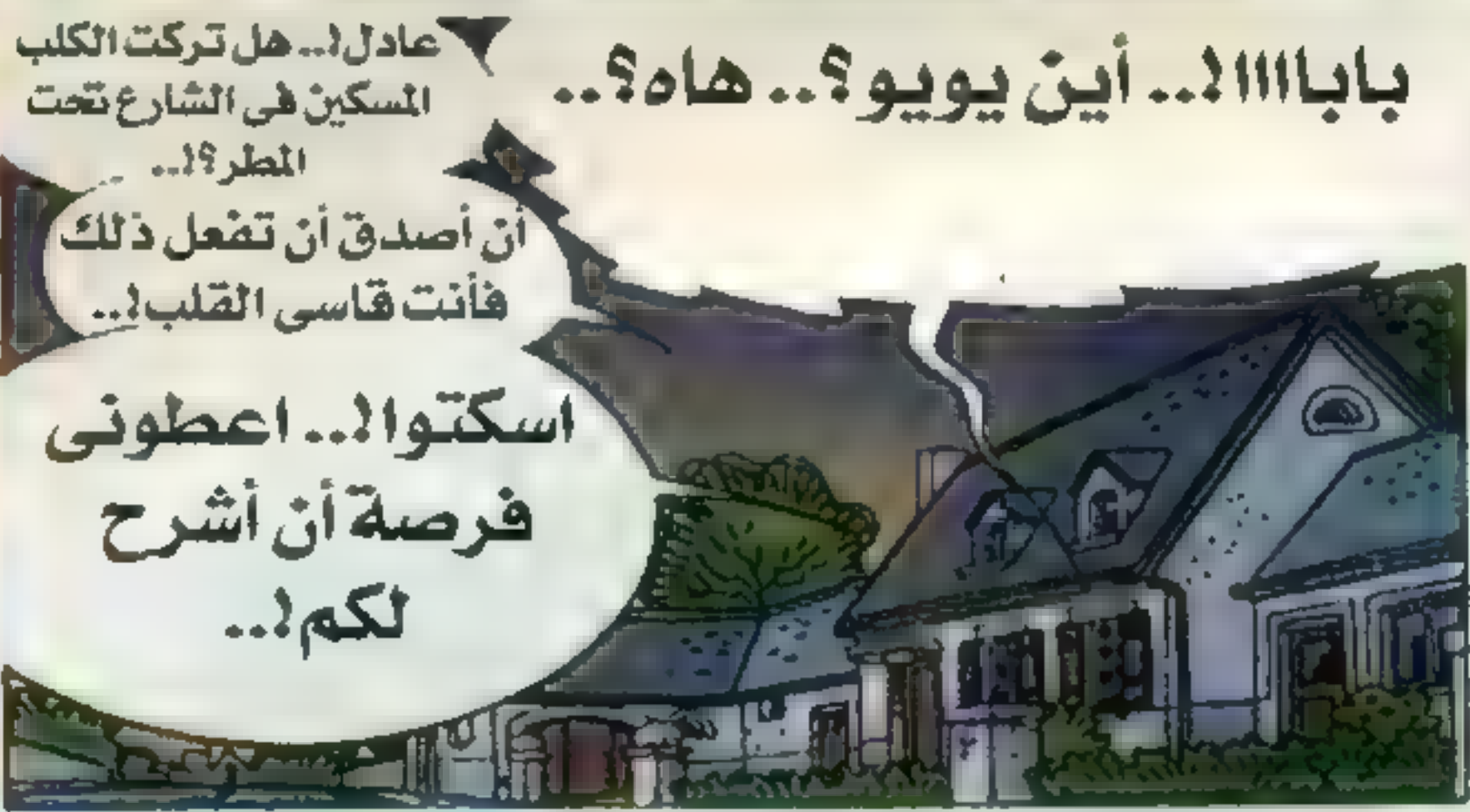


هل هذا كلبك؟
انه كلب ابنتي الصغيرة.. أنا أبحث عنه منذ عدة ساعات..



وبعد قليل..

هذا ما حدث... والآن اسمحوا لي بأن أذهب الى عملي فقد تأخرت..



عادل... هل تركت الكلب المسكين في الشارع تحت المطر؟

أن أصدق أن تفعل ذلك فأنت قاسي القلب..

اسكتوا... اعطوني فرصة أن أشرح لكم..

بابا... أين يويو؟.. هاه؟..



غير معقول؟.. والدك لا يحب الحيوانات؟..

لا، أنت فهمتني غلط... المشكلة ليست في الحيوانات المشكلة في أنا لأنني مازالت صغيراً ولا أتحمل المسؤولية..



ها... على فكرة... اذا فكرت يا بندق في أن تحضر معك أي حيوان الى المنزل فمن الأفضل أن تظل أنت وهو بالخارج، مفهوم؟

قل لي كيفية تسميعك .. أقول لك عن درجتك



إعداد: ليلى أمين

كلنا نحب النجاح.. كلنا يعمل طوال العام الدراسي على أن نذاكر جيدا لكي نحقق هذا النجاح الذي نحلم به... والنجاح.. كل نجاح في الدراسة يعتمد على الذاكرة الجيدة.

• فهل تعرف أسس الذاكرة الجيدة؟
• هل تعرف الأعمدة الأساسية التي تبنى عليها الذاكرة المثمرة، التي تأتي بنتيجة أكيدة، وهي النجاح؟

النجاح والاجابات

النجاح في الدراسة يعتمد على حسن كتابة الاجابات الصحيحة للأسئلة التي ترد في الامتحانات.

وبالطبع فإن الاجابات الصحيحة، سواء كانت تحريرية، أو شفوية، تأتي نتيجة الأخذ بالأسلوب الصحيح للذاكرة. انها ليست فزرة!! بل هي الحقيقة، التي تبنى خطوة.. خطوة.. وراء بعضها، أو بالأصح التي تبنى درجة.. درجة فوق بعضها بنظام.

وفي الدرجة الأولى،

تكون القراءة الصحيحة للدرس.

وتليها في الدرجة الثانية،

الطريقة الصحيحة للحفظ.

وتليها في الدرجة الثالثة،

يتربع التسميع بالأسلوب السليم.

حلقات

ولكي تستطيع أن تستوعب كل درجة من هذه الدرجات البناءة وأن تتفهم كيف تنفذها عمليا، وبسهولة فسوف نقدم لك كل خطوة واحدة منها بالتفصيل في كل اسبوع.

فابدأ معنا بالتدريج، بحيث تنفذ في كل اسبوع ما يجيء فيه، عمليا، خطوة بخطوة.. حتى نصل معا الى أفضل طريقة للذاكرة.. لنضمن معا أعلى درجات النجاح.

مهما تشابهنا، ومهما تزامننا، ومهما تقاربت طباعنا، فإنا لا نتفق بالمرّة على طريقة واحدة لحفظ دروسنا، بل حتى الاشقاء، يختلف كل منهم عن الآخر في الأسلوب الذي يحفظ به دروسه، لكي يختزنها في ذهنه، إلى حين يأتي الوقت المناسب لاسترجاعها في الذاكرة، لكي تكتبها في كراسة الاختبارات، أو على ورق اجابات الامتحانات.

وإذا كان وقت الامتحان، واسترجاع المعلومات في الذهن محدودا بساعات معينة ويوم معين من الشهر، فإن وقت الحفظ طويل، وممتد منذ اليوم الأول في السنة الدراسية. وحتى الايام السابقة للمراجعة النهائية استعدادا للامتحان. فالحفظ مرتبط بالذاكرة، الذاكرة مرتبطة بالحفظ السليم. والحفظ السليم هو الطريق المؤكد للاجابات الصحيحة.. وللنجاح.



التسميع تأمين

يردد علينا خبراء في دنيا الذاكرة، والدراسة عبارة تؤكد أن: «التسميع هو التأمين المضمون على المعلومات، ضد النسيان» تماما كما أن التأمين على المجوهرات مضمون ضد السطو، والسرقة.

فهيا في جولة سريعة لكي نتعرف على:

• أهمية التسميع المفيد.

• طرق التسميع الفعالة.

• الوقت الذي يجب علينا أن نقضيه في التسميع.

أهمية التسميع

نعتقد كتلاميذ أن قراءة الدرس، وفهمه، ومحاولة حفظه تكفي جدا لضمان النجاح، لكننا نلاحظ أنه عندما نحاول أن نجيب على اسئلة الامتحانات أنه من الصعب علينا التعبير عن بعض أجزاء معينة في السؤال.. بل قد يتعذر علينا استدعاء معلومة معينة تخص الاجابة، ونحترق، ويهتف الواحد منا في نفسه متضايقا جدا في الموقف: «أني أعرفها.. أتي أفهمها.. ولكني لا أستطيع أن أقولها، أو أكتبها..»

وهنا يدرك كل واحد منا أهمية التسميع، وأهمية تكرار الحفظ مهما كلفنا ذلك من الوقت، أو الجهد.

الأهمية

• التسميع، يقوم سريعا بكشف مواضع ضعفنا في الدرس، ويوضح لنا الأخطاء التي يمكن أن تقع فيها.. فالتسميع هو المرأة الصادقة التي تظهر الصورة الحقيقية للذاكرة.

حكينا في حلقتنا الماضية عن تاجر المجوهرات الذي يجب عليه أن يقوم بالتأمين على مجوهراته ضد السرقة، لكي يأمن عليها ويطمئن، ولكي يستطيع أن يجدها في أي وقت يريد فيها.

واتفقنا كذلك على أنك «جواهرجي»، تمتلك مجوهرات ثمينة من المعلومات، ومن الدروس القيمة..

ولقد قمنا بكل أمانة بالاطلاع عليها «بالقراءة الجيدة»، لما جاء في الحلقة الاولى.. ثم صنفها، وحافظت عليها «بالطريقة الصحيحة للحفظ»، لما جاء في الحلقة الثانية..

والآن جاء دور التأمين عليها حتى لا تضيع أو تفقد منك.. وهذه هي الحلقة الثالثة والأخيرة، في التعرف على الأعمدة الأساسية للذاكرة المثمرة، والتي من أكبر ثمارها الأكيدة.. النجاح المتميز.



- التسميع: عملية مهمة تساعدك على التعرف على النقاط المهمة في الدرس.
- التسميع هو الوسيلة الأكيدة، القوية من أجل تثبيت المعلومات في ذهنك، ولزيادة قدرتك على التذكر لفترة أكبر.
- التسميع علاج مفيد جدا لعملية السرحان، وأحلام اليقظة.

طريقة التسميع

يكون تسميع الدرس بطريقة من الطرق الثلاثة الآتية:

- التسميع الشفوي.
- التسميع التحريري.
- التسميع العملي.

وتختلف طريقة التسميع تبعاً لمادة الدراسة، وتبعاً لطريقتك في المذاكرة، وعلى أي حال، فإن أفضل طريقة للتسميع هي الطريقة التي تشبه طريقة استخدامك لمادة الدرس في حياتك العملية، أو في الامتحانات.

وإذا كانت أغلب الامتحانات تحريرية، إلا أن بعض المواد الدراسية يتم تسميعها شفويا مثل النصوص في اللغة العربية، والشعر في اللغات الأجنبية، والعمليات الرياضية السريعة في الحصة، ولذلك يلزمك أن تتدرب على التسميع الشفوي، سواء للمرحلة الدراسية التي تجتازها الآن، أو للمرحلة الجامعية، فيما بعد إن شاء الله، فإن الدراسة فيها تعتمد على الامتحانات العملية، والشفوية.. وكلما تدربت عليها منذ الآن، كلما أجدت وتفوقت عندما تواجهها بعد سنوات قليلة.

- لا تحاول، أبداً، أن تقوم بتسميع أجزاء صغيرة، ومفككة، ومتناثرة من الدرس، فإنك بذلك تفقد القدرة على فهمه ككل، وكذلك على ربط أجزائه.. فيكون من السهل نسيانه.

التسميع التحريري

إن التسميع بالكتابة، يكشف لك بشكل دقيق ومفصل عن أجزاء الدرس التي استوعبتها، واستطعت أن تحفظها في ذاكرتك، وكذلك تكشف لك عن الأجزاء التي تحتاج منك إلى مراجعتها، وتكرار حفظها، أي التي تحتاج إلى أن تعتني بها حتى يتكامل حفظ الدرس في ذاكرتك.

طريقة التسميع التحريري

وهنا نوضح نقطة مهمة جداً، وهو أن التسميع بأسلوب الكتابة والتدوين، ليس المقصود به إعادة كتابة الدرس كما حفظته. بل يكفي جداً أن تكتب النقاط المهمة التي جاءت في الدرس، وكذلك نص «القوانين»، و«النظريات»، و«القواعد»، وكذلك تؤكد لك على ضرورة بدل عنايتك الفائقة بالقيام برسم الرسوم التوضيحية، والخرائط، غيباً، وكذلك كتابة الأجزاء والبيانات عليها، من المذاكرة.

وطبعاً، يجب عليك في النهاية أن ترجع إلى الكتاب لكي تتأكد من أن ما كتبه هو الصحيح.

مهم في التسميع التحريري

- أكتب بسرعة، ويخط كبير، لكن لا تهتم كثيراً بتحسين خطك.
- كن جريئاً وأكتب ما يطرأ على ذهنك، حتى وأنت تتوقع بعض الأخطاء، وبذلك تعاد على الجراءة في الكتابة، وكذلك تزيد قدرتك على تصحيح أخطائك.
- استخدم للتسميع بقايا كراساتك القديمة، أو النتيجة السنوية القديمة، أو أجندة لسنوات سابقة.. حتى لا تكلف نفسك كثيراً.

التسميع الشفوي

هو أسهل طرق التسميع، بل وأسرعها، لأنك تتلو بالكلام ما قد حفظته واستوعبته. ولكي يكون تسميعك مثمراً وناجحاً، عليك بما يأتي:

- إذا كنت تقوم بالتسميع الشفوي بنفسك، على

نفسك، فمن المهم جداً أن تقوم بالرجوع إلى الكتاب لكي تتأكد من الأجزاء التي لم تجدها تماماً، وكذلك لكي تتأكد من أنك على الطريق السليم.

- من الأفضل أن تقوم بالتسميع الشفوي مع أحد زملائك أو أحد أخوتك، أو أحد والديك، فهو أفيد وأجدي من تسميعك الشفوي لنفسك فقط.

- انتهاز كل فرصة لتواجدك مع زملائك في نفس الغرفة الدراسية لكي تنفذ تسميعك الشفوي في صورة مناقشة، أو في محاولة لشرح الدرس بأسلوبك الشخصي، فهو طريقة مفيدة جداً للتسميع، ولتثبيت المعلومات.



برافو يا بوبى...
أنت كلب ماهر...

هااااو
هااااو

هيه... بوبى... هل
عثرت على واحد
آخر؟

منذ ٤٠ سنة لم ينجح أحد
فى تسلق ذلك الجبل
والترحلق عليه فهو شديد
الانحدار!!!

أنتم أيها المترحلقين
على الجليد تحبون المخاطرة
وهذا شيء خطير
فأحياناً تكون
النتيجة مأساوية...

هااااه... يبدو أن
بوبى عثر على...

هااااو
هااااو

أعتقد بعد محاولتك الفاشلة
ونجاتك بأعجوبة لن تفكر أبداً فى
الترحلق على ذلك الجبل الشديد
الانحدار... خذ أشرب قليلاً من
الماء...

لوح الترحلق
الخاص
بك...!!!

الحليم

تسمع كثيرا أن الحلم سيد الأخلاق. ولم لا؟ وهو يعبر عن قوة الانسان واداته في ضبط النفس، بحيث لا يتهور ولا يندفع مهما كانت الأسباب. وهذه الصفة هي أقوى صفات الانسان ودليل على قوة شخصيته وشجاعته. ولذلك فقد قال النبي صلى الله عليه وسلم: «ليس الشديد بالصرعة ولكن الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب».

وإذا تأملت الحديث السابق لأدركت أن قوة الانسان الحقيقية ليست في قوة بنيانه بل في سيطرته على مشاعره وضبطه لنفسه ساعة الغضب، كما أن تعبير الرسول صلى الله عليه وسلم الجميل «يملك نفسه»، يدل على أن الكثير من الناس ساعة الغضب تفلت زمام الأمور من أيديهم ولا يسيطرون على انفسهم بسهولة. وهذا هو ما تراه بالفعل.

ولأن الحلم صفة جميلة، فإن الله تعالى المتصف بكل صفات الجلال والجمال هو الحليم المطلق، حيث يرى العصاة وهم يخالفون أمره ويعصونه ثم لا يستغربه غضب. ولا يعتريه غيظ يجعله يسارع بالانتقام منهم رغم قدرته المطلقة على ذلك، ولكنه يمهل العصاة، قال تعالى «ولو يؤاخذ الله الناس بما كسبوا ما ترك على ظهرها من دابة ولكن يؤخرهم الى أجل مسمى فإذا جاء أجلهم فإن الله كان بعباده بصيرا» فاطر: ٤٥

ولعل ما يؤكد حلم الله تعالى أنه يرزق الكافرين رغم كفرهم ولا يمنع الرزق عن العصاة رغم عصيانهم، بل جعل رزقه لكل خلقه، سواء في ذلك المؤمن والكافر، فعندما يرزق العبد المؤمن، فإنه يرزق العاصي ويتفضل عليه بالنعيم، ويظهر هذا بوضوح في قوله تعالى على لسان نبيه ابراهيم عليه السلام، «وإذ قال ابراهيم رب اجعل هذا بلدا آمنا وارزق أهله من الثمرات من آمن منهم بالله واليوم الآخر قال ومن كفر فأمتعه قليلا ثم اضطره الى عذاب النار وبئس المصير». البقرة: ١٢٦

فإن الله تعالى لا يحبس رزقه أو نعمته عن عباده رغم عصيانهم، ولكنه يؤجل لهم الحساب الى يوم القيامة.

والحلم هو صفة الأنبياء والمرسلين ومن سار على دربهم، فقد قال تعالى عن نبيه ابراهيم عليه الصلاة والسلام: «إن ابراهيم لحليم أواه منيب» هود: ٧٥ فعلى الرغم من إيذاء أبيه له وعدم إيمانه برسالته، إلا أنه كان حليما في دعوة أبيه وقومه، ولما ينس منهم قال «سلام عليك سأستغفر لك ربى أنه كان بى حفيا واعتزلكم وماتدعون من دون الله وادعوى ربى عسى ألا اكون بدعاء ربى شقيا»، مريم: ٤٧ و٤٨.

وكان رسول الله صلى الله عليه وسلم مثالا يحتذى في الحلم فهو لم يغضب أبدا لنفسه ولكنه يغضب لله ويكفى أنه صلوات ربى وسلامه عليه بعد أن فتح مكة بجيش كبير وتمكن من المشركين، كان يستطيع أن ينتقم منهم ويأخذ بثأره وثأر المسلمين بعد أن أخرجهم المشركون من ديارهم، ولكنه قال لأهل مكة في تسامح وحلم: ماتظنون أنى فاعل بكم؟ قالوا: أخ كريم وابن أخ كريم.

فقال صلى الله عليه وسلم: اذهبوا فأنتم الطلقاء. لقد كان الرسول صلى الله عليه وسلم حليما يسبق حلمه غضبه كما كان قدوة في سعة الصدر وسماحة النفس، قال عنه ربه: «فبما رحمة من الله لنت لهم ولو كنت فظا غليظ القلب لانفضوا من حولك» كما قال تعالى عنه: «لقد جاءكم رسول من انفسكم عزيز عليه ما عنتم حريص عليكم بالمؤمنين رؤوف رحيم» التوبة: ١٢٨ وكان الرسول صلى الله عليه وسلم يحب صفة الحلم في المسلمين فقد ورد عنه قوله لأحد الناس: «إن فيك خصلتين يحبهما الله» الحلم والأناة.

ولذلك فإن الحلم من أهم الصفات التي يجب أن يتصف بها المسلم لكي يضمن حب الله ورضاه، وقد قال العلماء: ما من شيء أشد على الشيطان من غلام معه حلم. أن تكلم تكلم بعلم، وأن سكت سكت بحلم، يقول الشيطان: سكوتك على أشد من كلامك.

وإذا تدبر الإنسان جيدا هذه المعاني وأدرك قيمة أن يكون الله تعالى هو الحليم، لما فكر في المعصية، لأن الله تعالى الحليم لا يقابل الاساءة بالاساءة، بل يعفو ويصفح.. كما أن الانسان يجب أن يكون حليما لأن صفة الحلم من أحب الصفات الى الله ورسوله، كما أنها تجعل صاحبها في أعين الناس عاقلا ومحبويا.

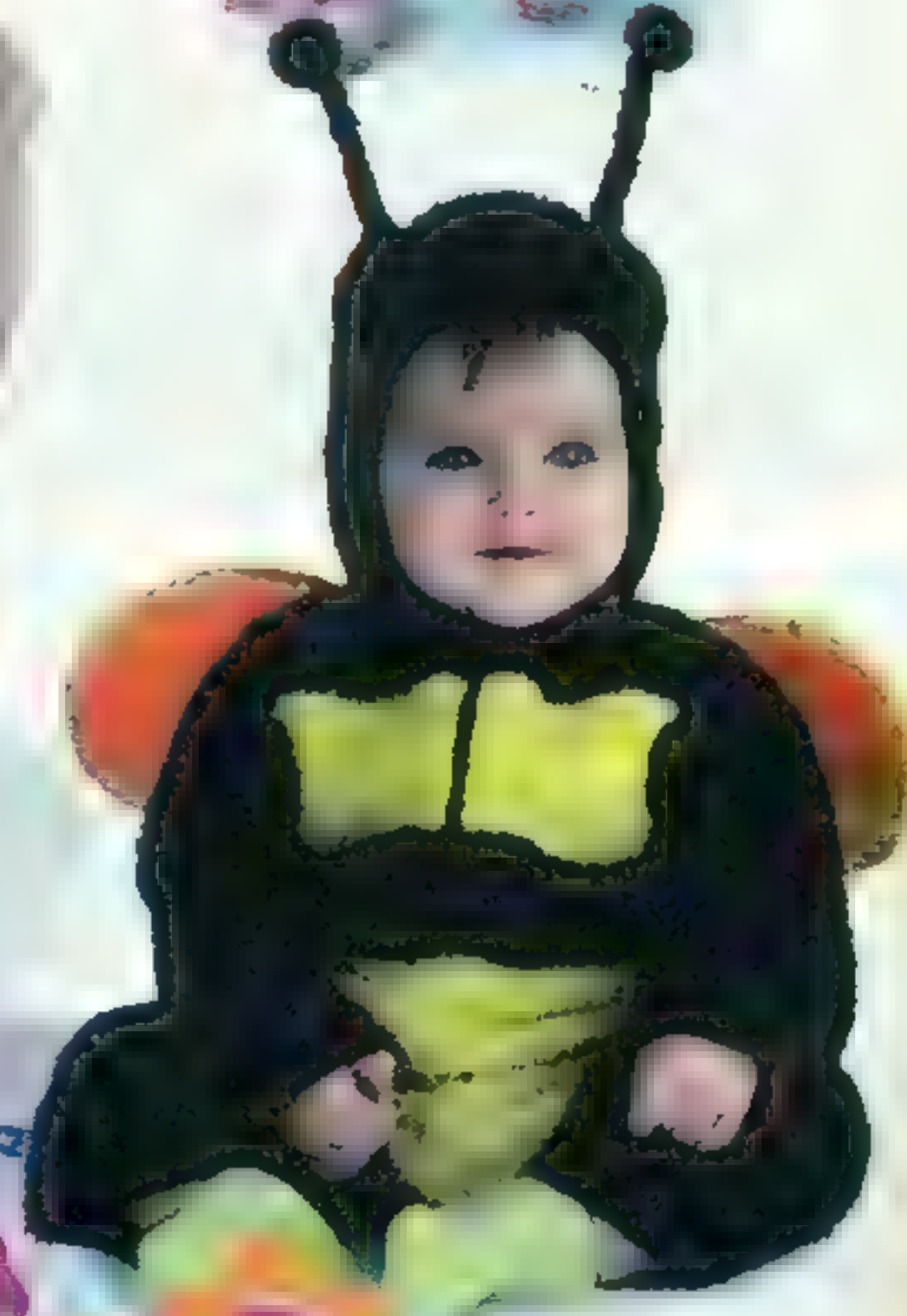
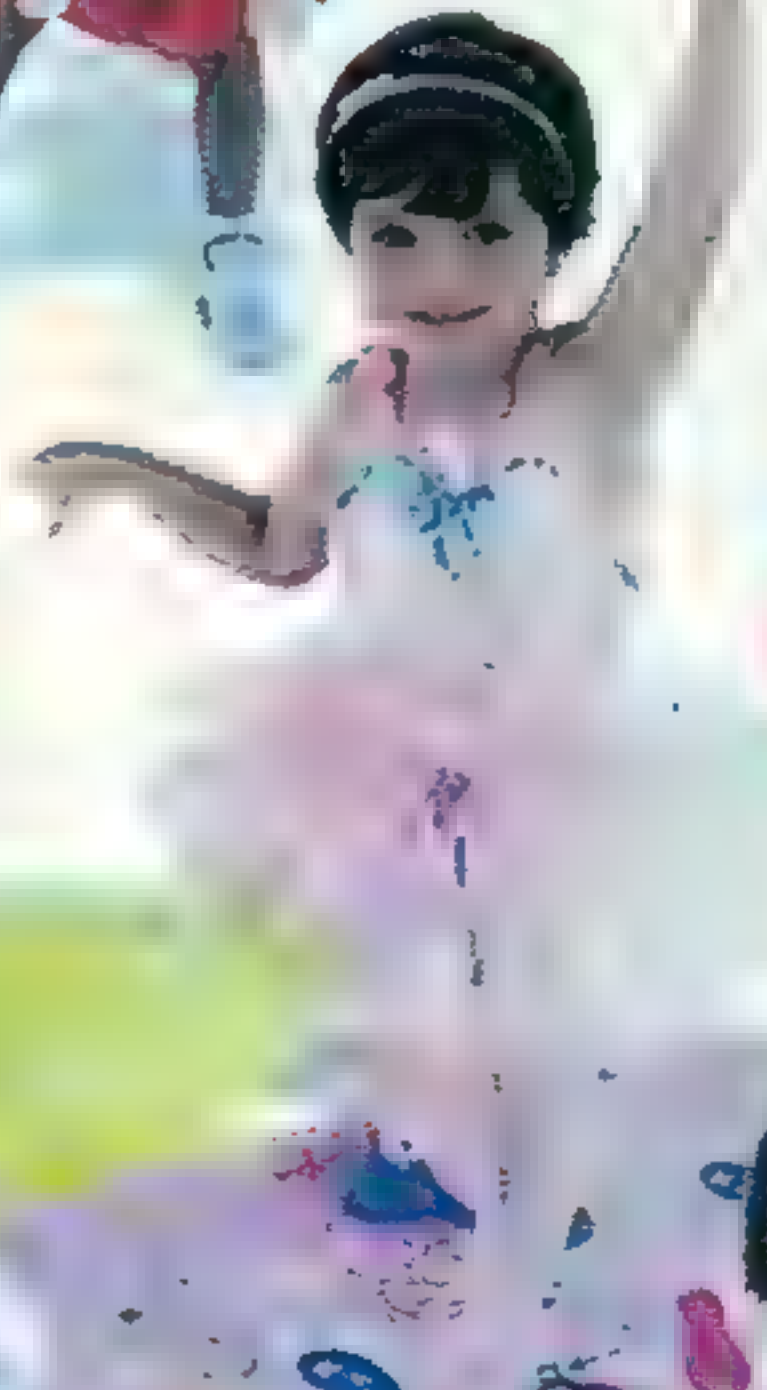
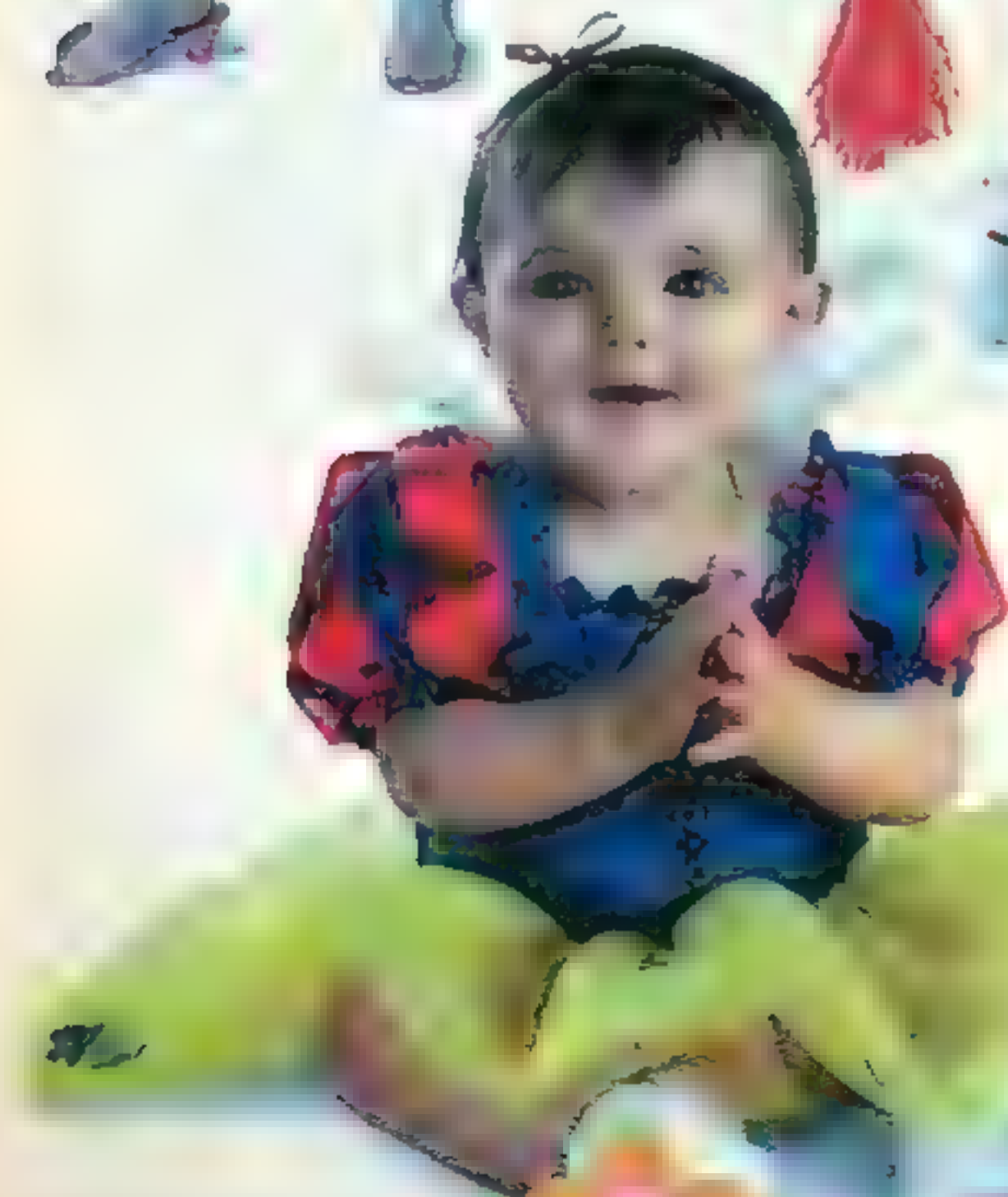
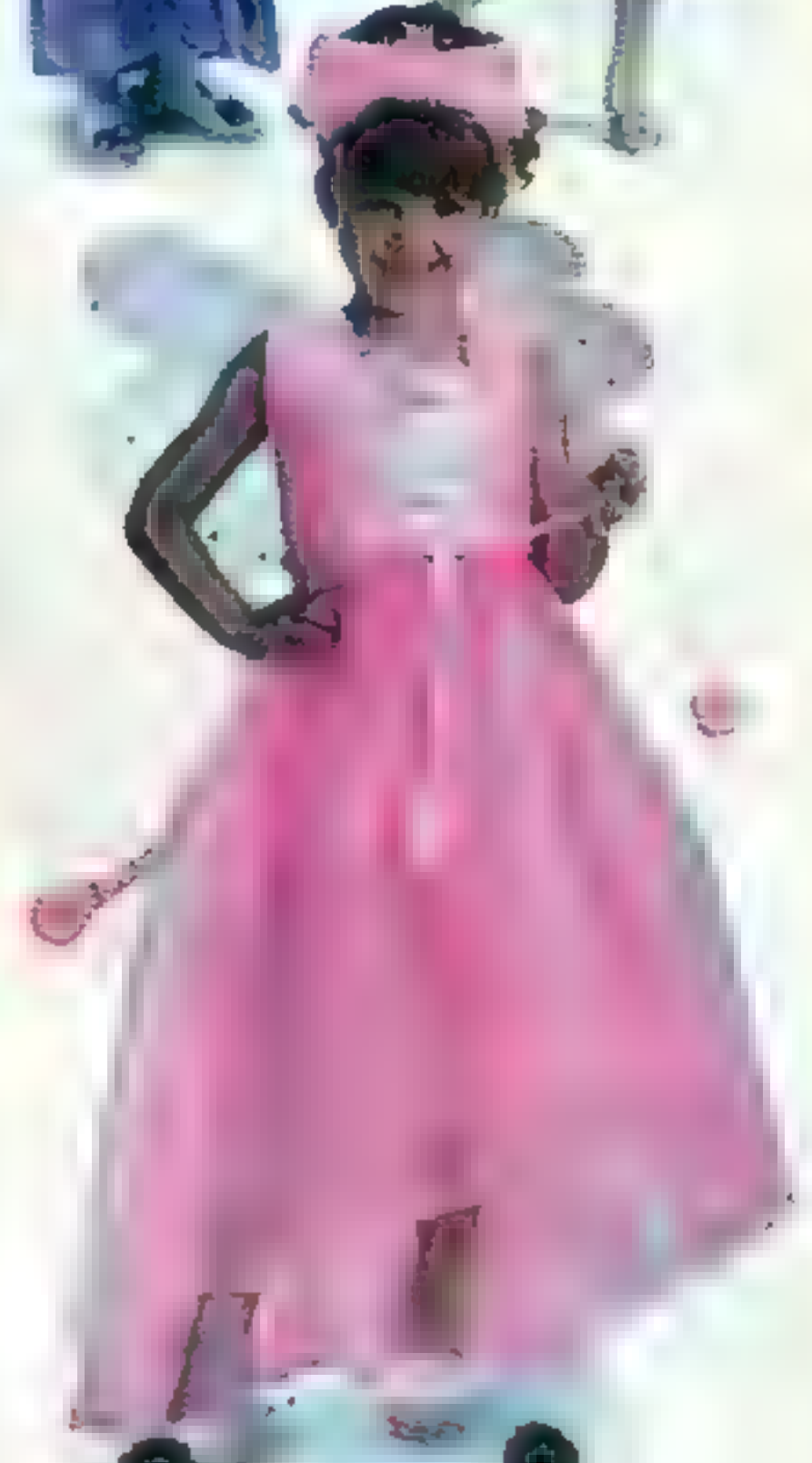
يكتبها: د. وجيه يعقوب



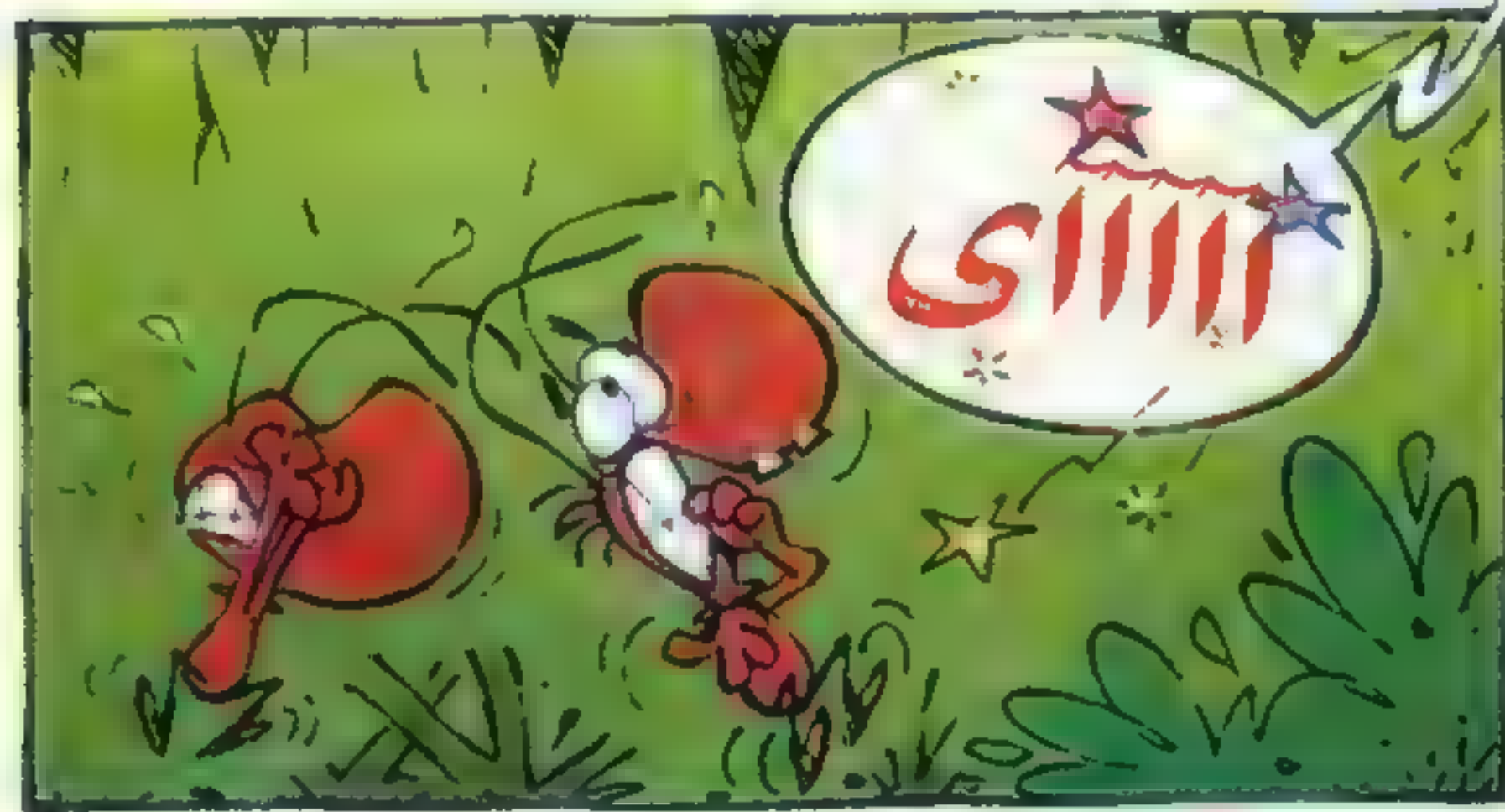
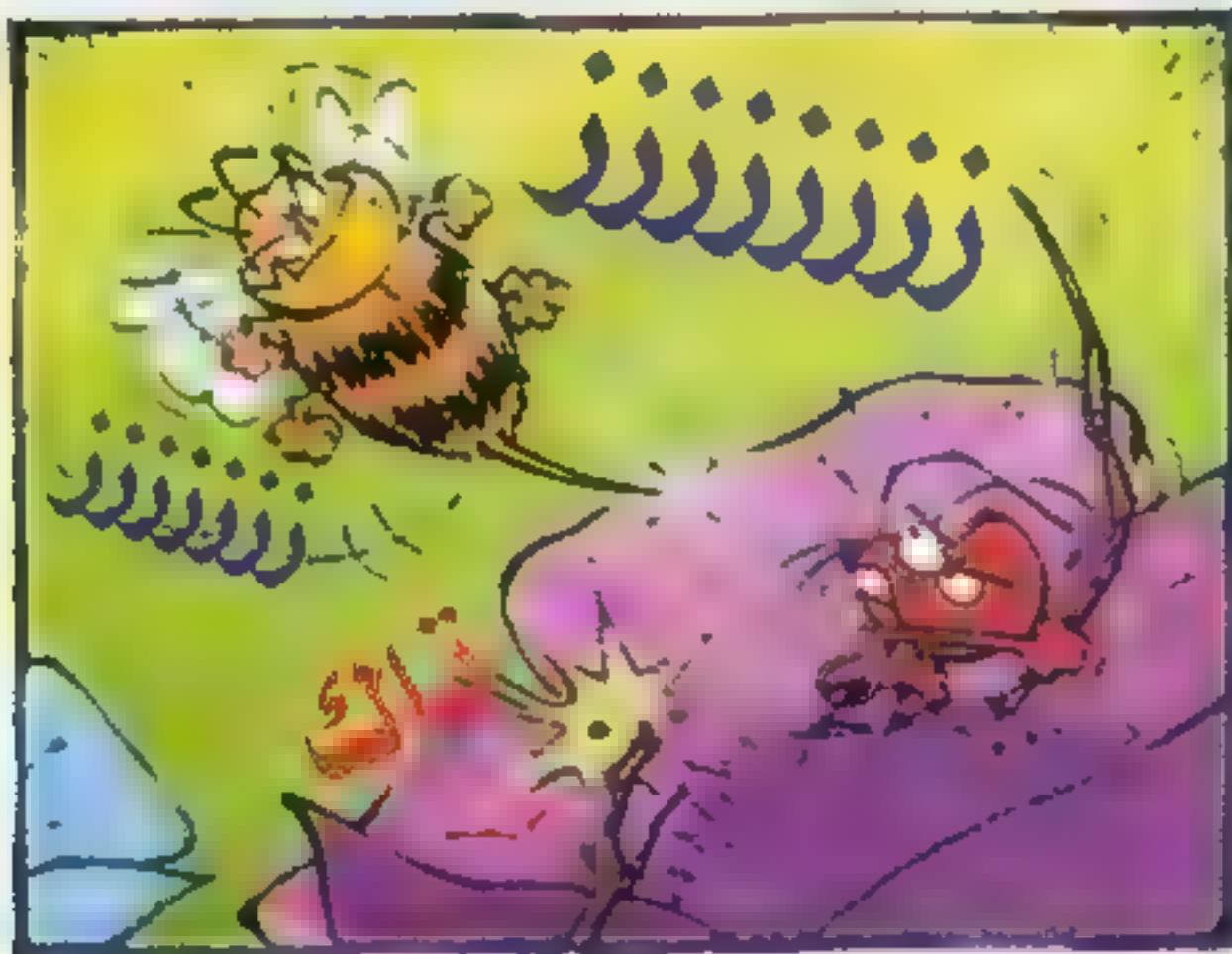
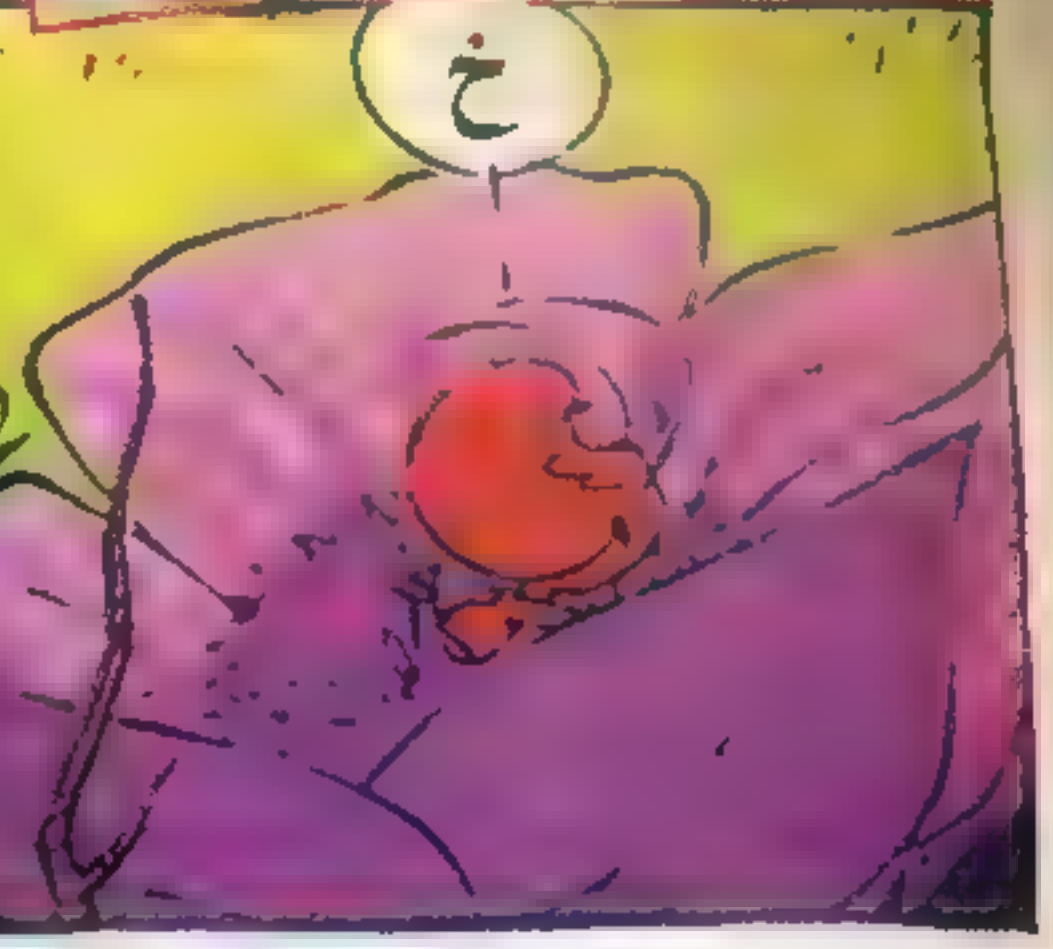
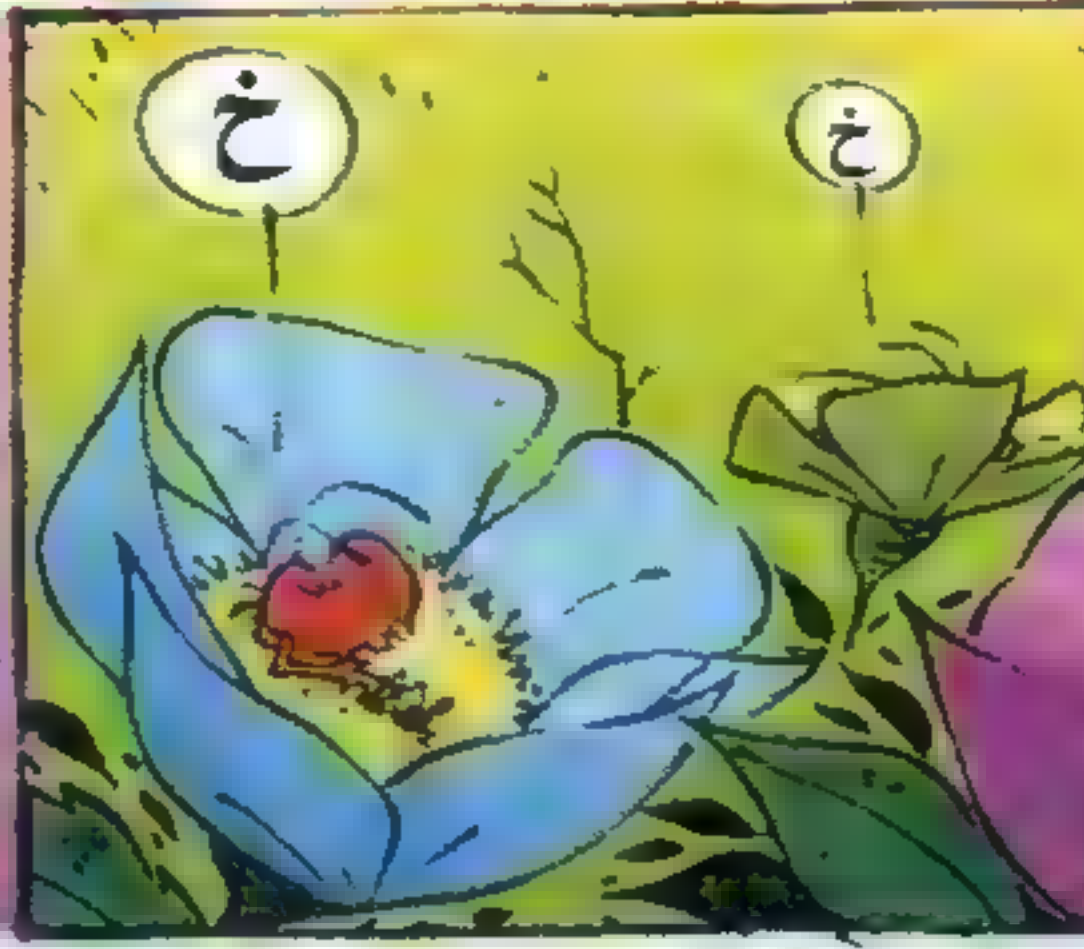
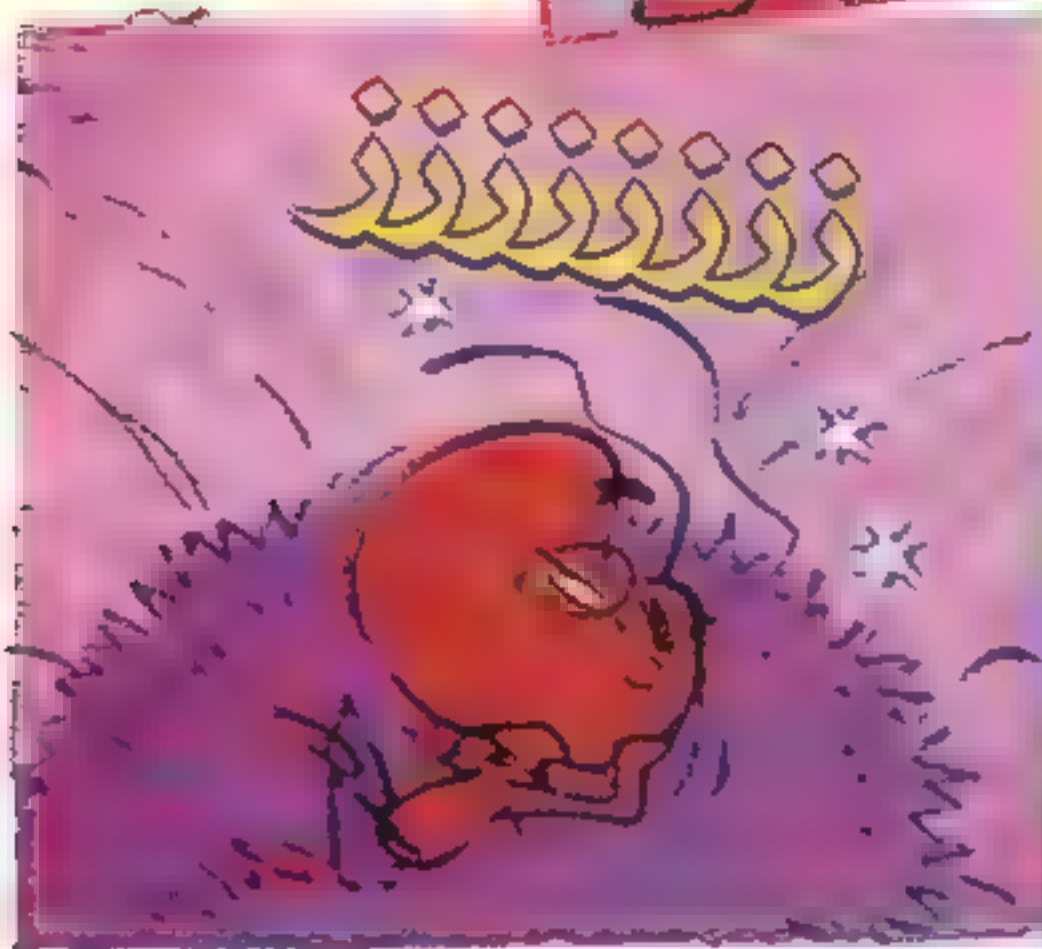
آخر موضة

ملابس تذكارية شقية

نقدم لكم هذا الاسبوع أحدث مجموعة من الملابس التذكارية التي تناسب البنات في مختلف الأعمار ويمكن ارتدائها في أعياد الميلاد بعد الاتفاق مع كل الصديقات على أن تكون الحفلة تذكارية لاضفاء مزيدا من البهجة والمرح على هذه المناسبة السعيدة.. أما الأولاد فانتظرونا الاسبوع المقبل مع ملابس تذكارية أكثر شقاوة وإثارة..



ملكة النمل



مدينة الألعاب



نقدم لكم كل أسبوع مجموعة من أحدث الألعاب التي طرحت في الأسواق العالمية وتناسب كل الأعمار لتتعرفوا على كل ما هو جديد في العالم من حولنا وليس من الضروري أن تكون هذه الألعاب متواجدة في مصر.. بل الهدف هو معرفة كل ما هو جديد في كل الألعاب...



العاب مع سبايدرمان
يمكنك أن تستمتع بمغامرات سبايدرمان والتفاعل معه مع هذه اللعبة المثيرة التي تشبه الببسي فوت

إذا كنت ممن يقتنون الكلاب فهذا الطبق الطائر هو أنسب هدية تقدمها له وتلعب به معه في الهواء الطلق لتشعران بالمتعة سويا

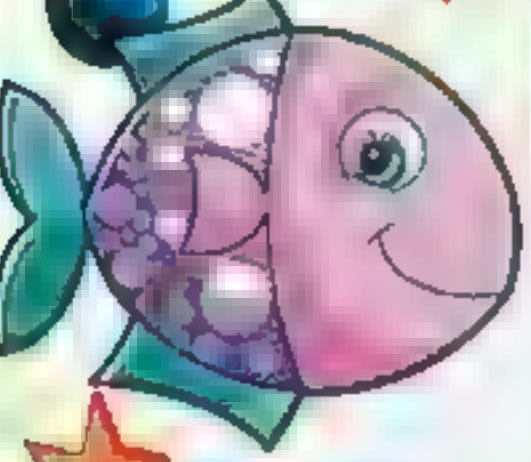
مع هذه المجموعة الكبيرة من المدرعات والطائرات والسيارات الحربية والجنود بأسلحتهم المختلفة يمكنك أن تكون قائدا للجيش وتخطط للمعارك الحربية.

قائد للجيش



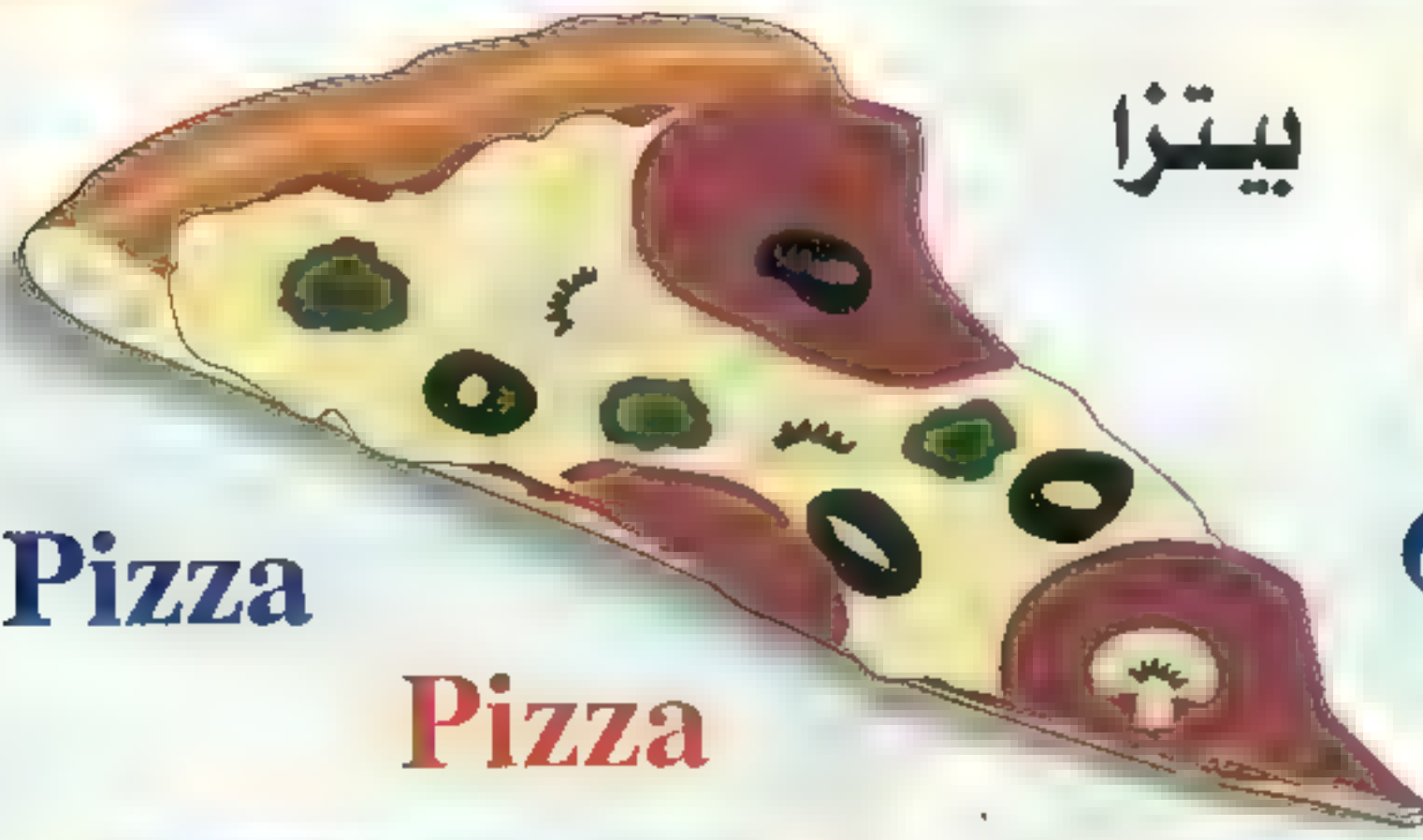
الموتوسيكل السريليبيج..

موتوسيكل يعمل بالبطارية وله عدة سرعات ولكنه آمن تماما لسهولة التحكم فيه.



A B C D E F G H I J K

حاول أن تحفظ الكلمات البسيطة الآتية واسبوع بعد آخر إن شاء الله ستكون لديك حصيلة لغوية هائلة من مفردات اللغة العربية والإنجليزية والفرنسية



بيتزا

Pizza

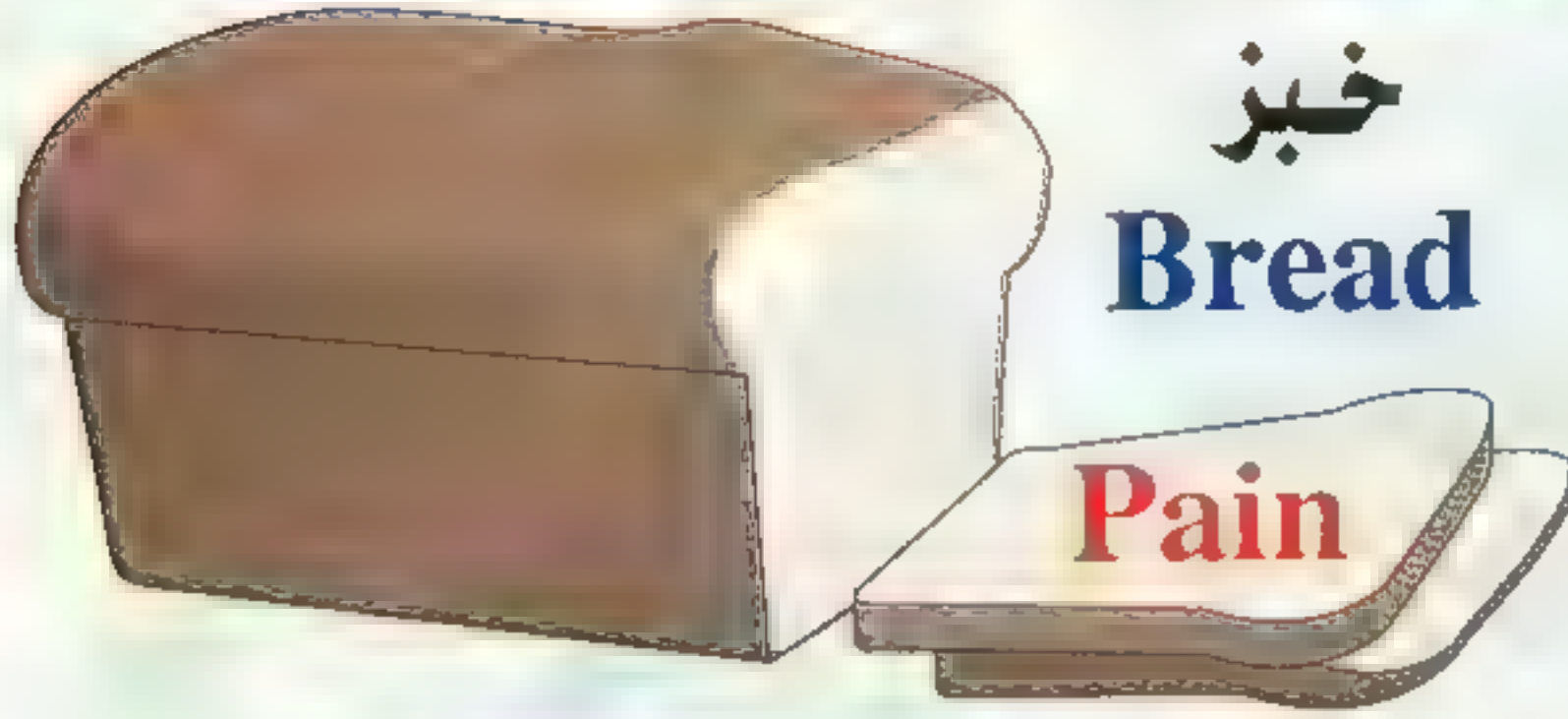
Pizza



كرواسون

Croissant

Croissant



خبز

Bread

Pain



سندوتش

Sandwich

Sandwich



فطيرة

Pie

Tarte

بريوش

Brioche

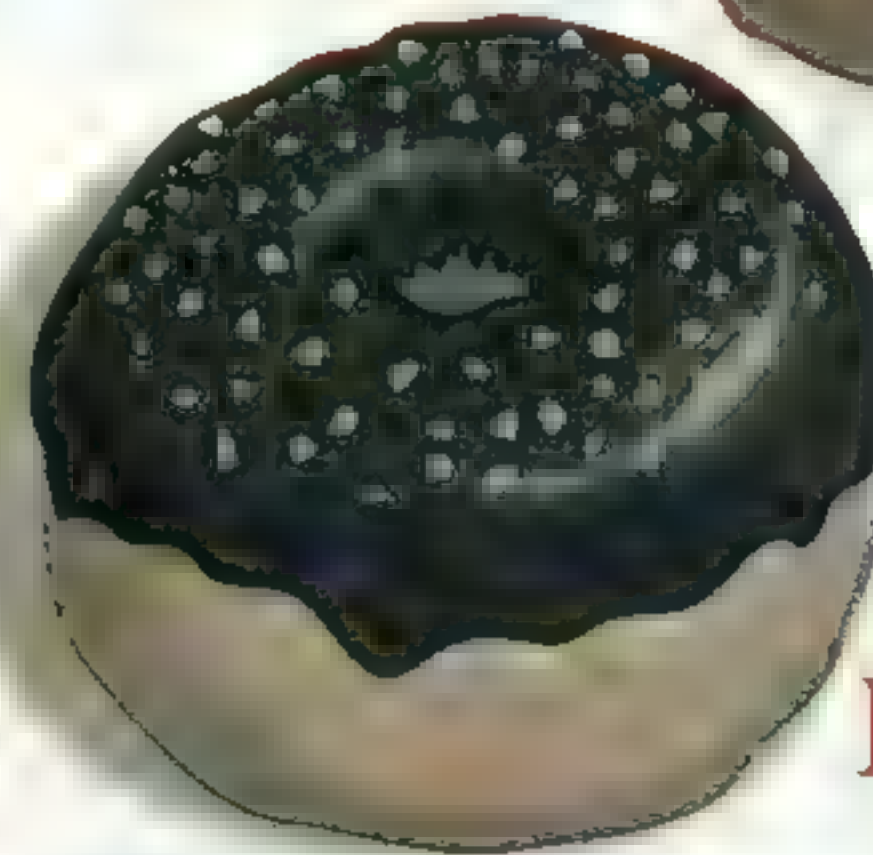
Brioche



خبز محمص

Toast

Toast

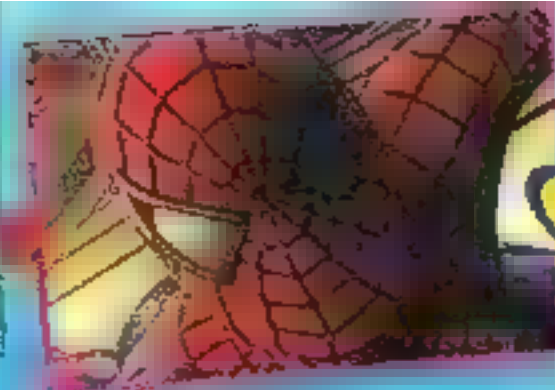
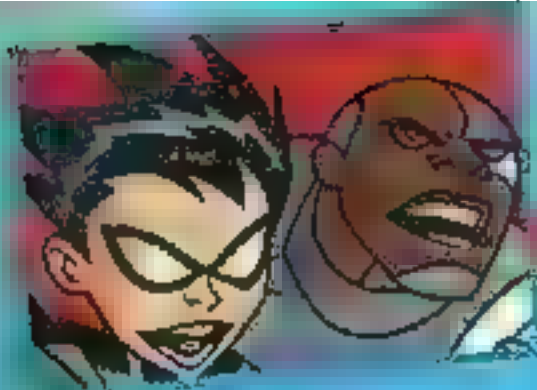


بتي فور

Cookies

Petits Fours

L M N O P Q R S T U V W X Y Z

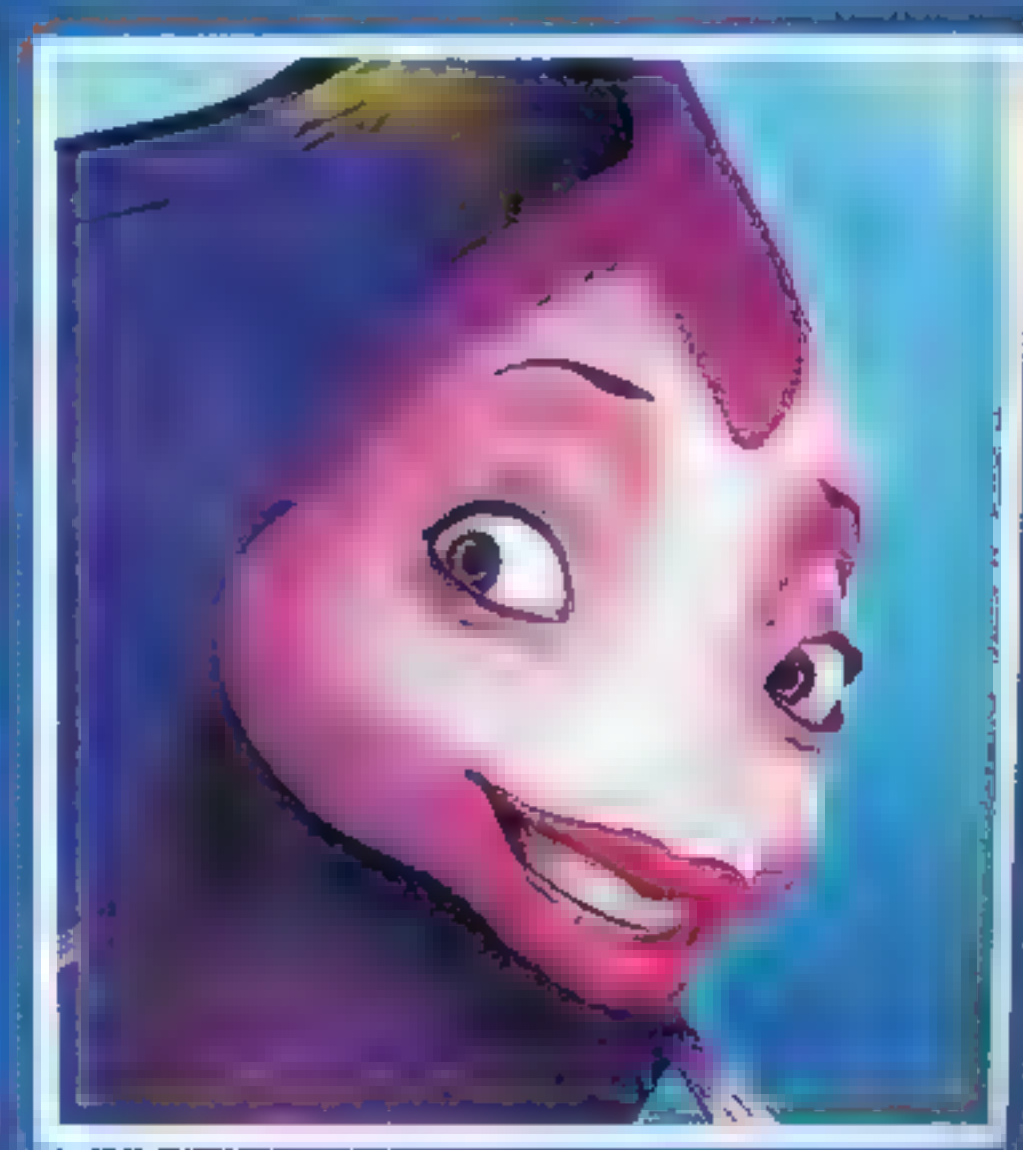
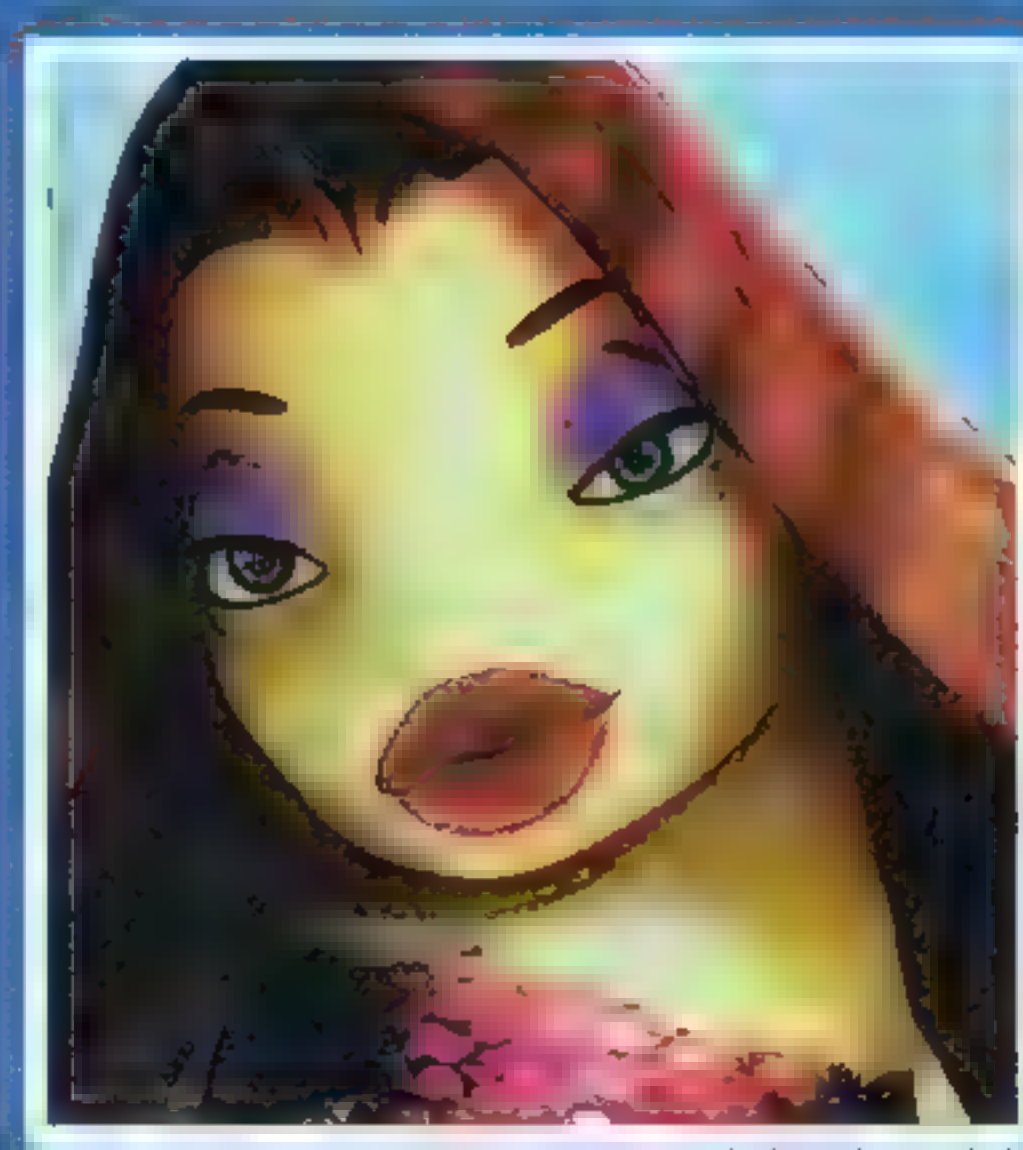


فيلم الأسبوع



Shark Tale

قصة فيلم ذيل القرش



٢٥



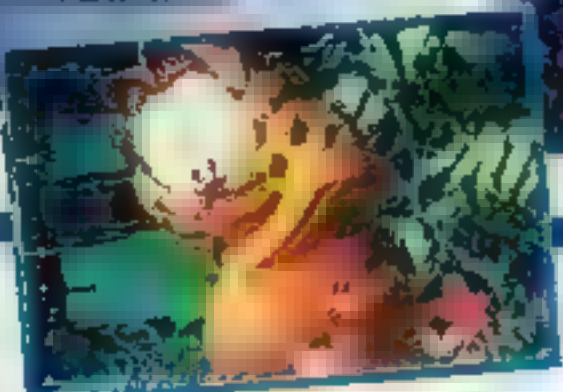
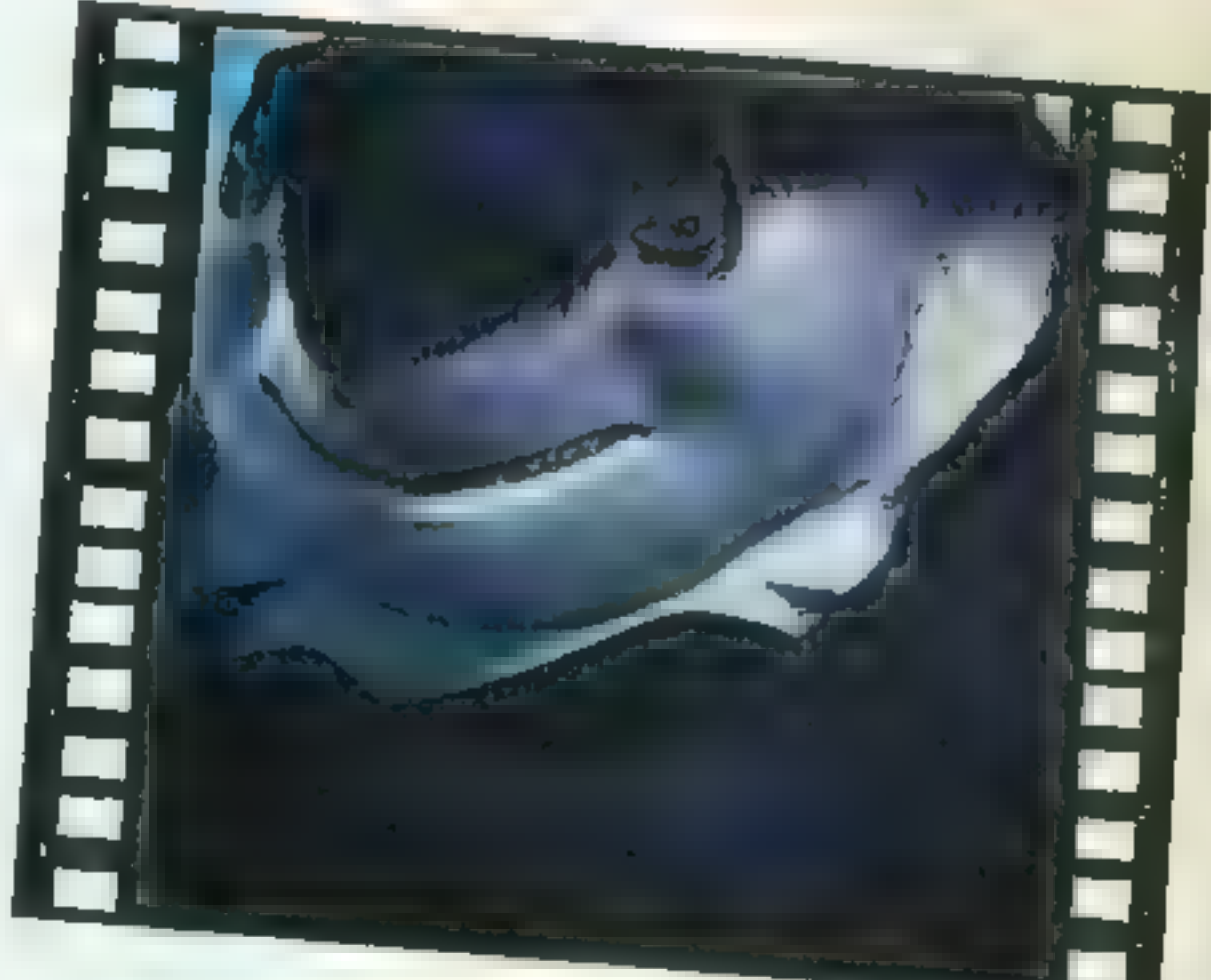
فيلم الأسبوع

أثبتت أفلام الكارتون الأمريكية تفوقها على أفلام المغامرات التي يؤدي أدوار البطولة فيها ممثلين من البشر فالجزء الثاني من فيلم (شريك) حقق ٤٢٥ مليون في أمريكا وحدها.

وتفوق بذلك على الجزء الثاني من فيلم الرجل العنكبوت بـ ٨٠ مليون دولار وعلى هاري بوتر بحوالي ٢٠٠ مليون دولار. والفيلم الجديد الذي ستشاهده أمريكا بعد أيام ويتوقع له الخبراء أن يحقق أرباحاً فلكية اسمه حكاية سمك القرش **Shark Tale** وهو فيلم كارتون صنعه الكومبيوتر بعد أن برمجه مخرج الفيلم ومؤلفه حتى يخرج كما تصوره.

محطة غسيل الحيتان

الفيلم مدته ساعة ونصف ويبدأ بصورة من الحاجز المرجاني تحت البحر أمام السواحل الأمريكية وفي المشهد الأول نرى السمكة الذهبية Oscar كثير الكلام ذو الآمال والأحلام الكبيرة. ويعمل في محطة غسيل الحيتان مثل محطة غسيل السيارات عند البشر ويدير المحطة ويمتلكها السمكة الكروية المنتفخة الجشعة والطماعه سايكس Sykes. العمل لا يهدأ ليل نهار في المحطة وعلى أوسكار أن يزيل الحيوانات القشرية المتعلقة بأجسام الحوت الأحذب وينظف أسننتها عن طريق الحك المستمر لها. وسط هذا المجهود والارهاق يحلم أوسكار بأن يكون مليونيراً ببيع أصداف سمك البطلينوس ويعيش أوسكار في هذا الحلم. رغم أن صديقه السمكة



فيلم الأسماك

الملاك Angel-Fish التي
تعمل موظفة استقبال تحبه
كما هو ولا يهمها أن يكون
فقيرا أو مليونيرا.

الأب الروحى

وعلى الجانب الآخر من
الحاجز المرجاني ترى عصابة
مافيا مكونة من أسماك
قرش يرأسها الأب الروحى
وهو سمكة قرش أبيض كبير
وخطير اسمه دون لينو

Don Lino الذى يفضل
أن يمضى لياليه فى بهو
سفينة قايتانيك الغارقة
الفاخرة.

وكل أمل دون لينو أن يرث
ابنه لينى Lenny موقعه
كرئيس لعصابة المافيا. لكن
لينى رغم أنه قرش أبيض
مخيف الشكل إلا أنه نباتى
لا يأكد اللحم ويحب أن
يرتدى ملابس تجعله يشبه
الدولفين.

واختلاف الرأى العميق بين
الأب والابن لا يمنعهما من
أن يوحدا قوتهما لانقاذ
شقيق لينى وهو قرش أبيض
ايضا شديد القسوة اسمه
فرانكى Frankie.

كان فرانكى قد اصطدم
بخطاف احد السفن واصيب
اصابات بالغة.

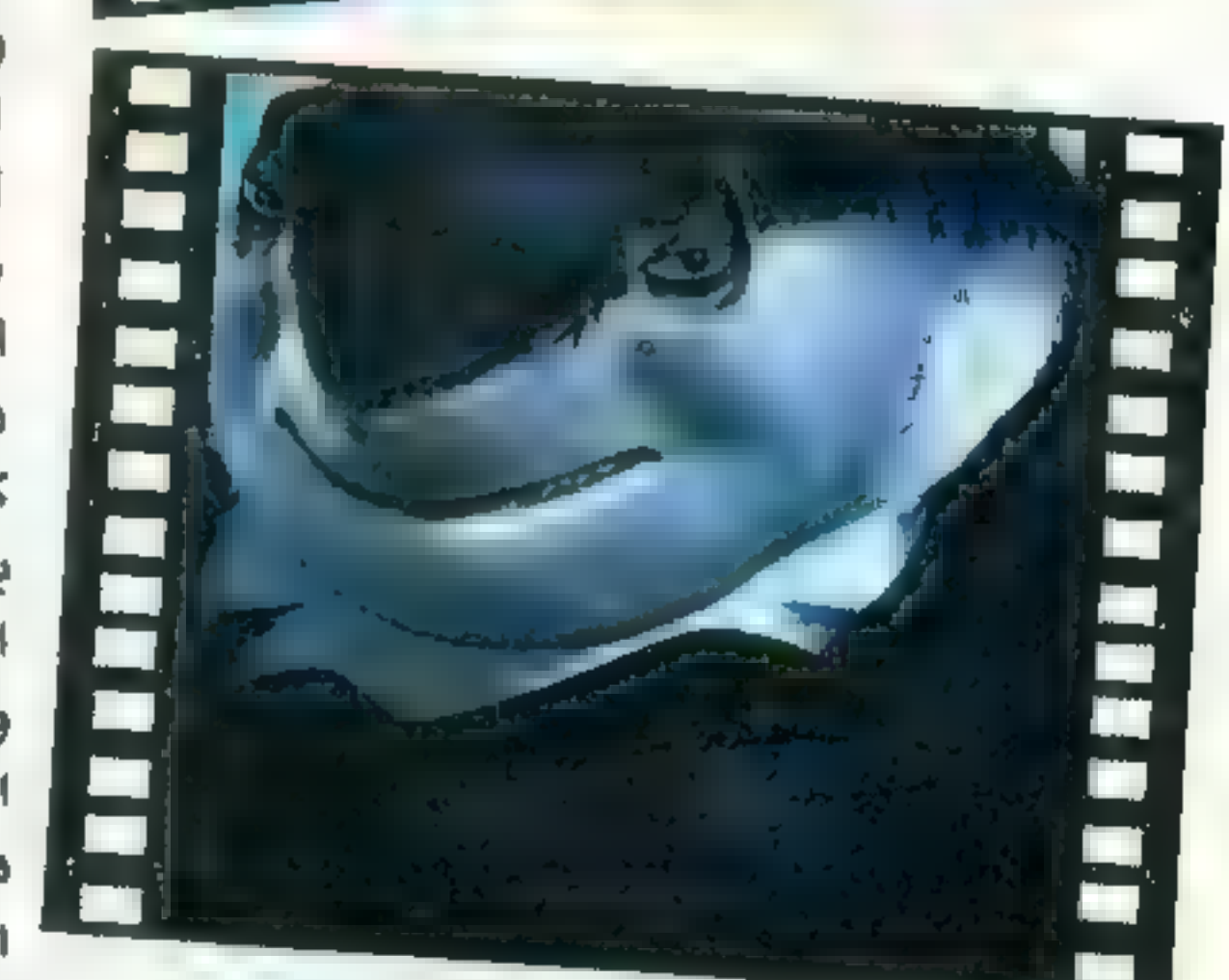
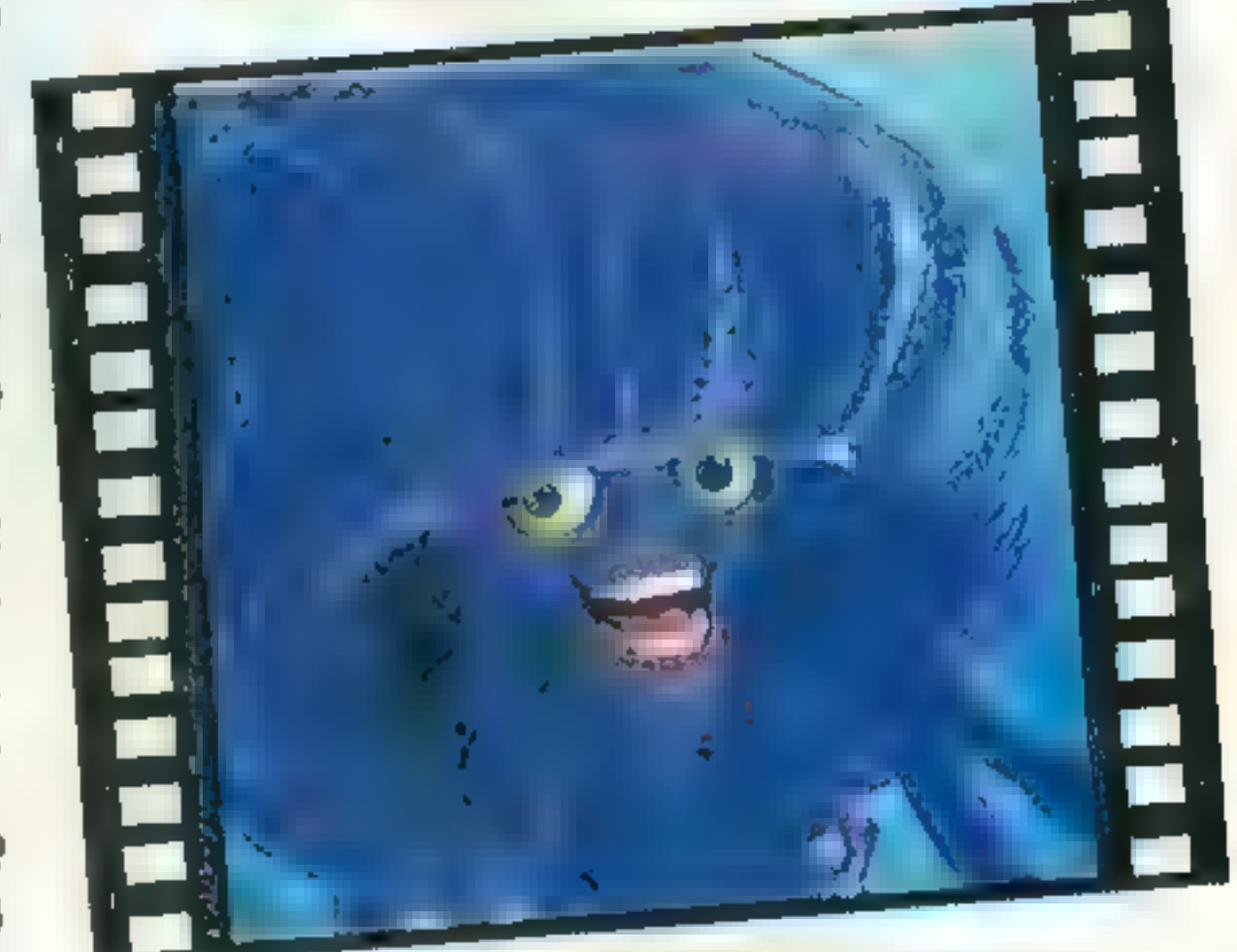
وتتوالى أحداث الفيلم المثير
الذى سنتشاهده أمريكا كلها
فى شهر أكتوبر ثم بقية دول
العالم فيما بعد.

الأداء الصوتى لأشهر ممثلى
هوليوود وعلى رأسهم

ويل سميث . روبرت دى نيرو .
جياك بلاك . انجلينا جولى .
رينيه زيلويجر . مارتين
سورسيس . بيتر فونك .

أخرج الفيلم مجموعة من
المخرجين هم:

بيبيو بيرجيرون . فيكى
جينسون . فيكتوريا جينسون .





المزارات العسكرية

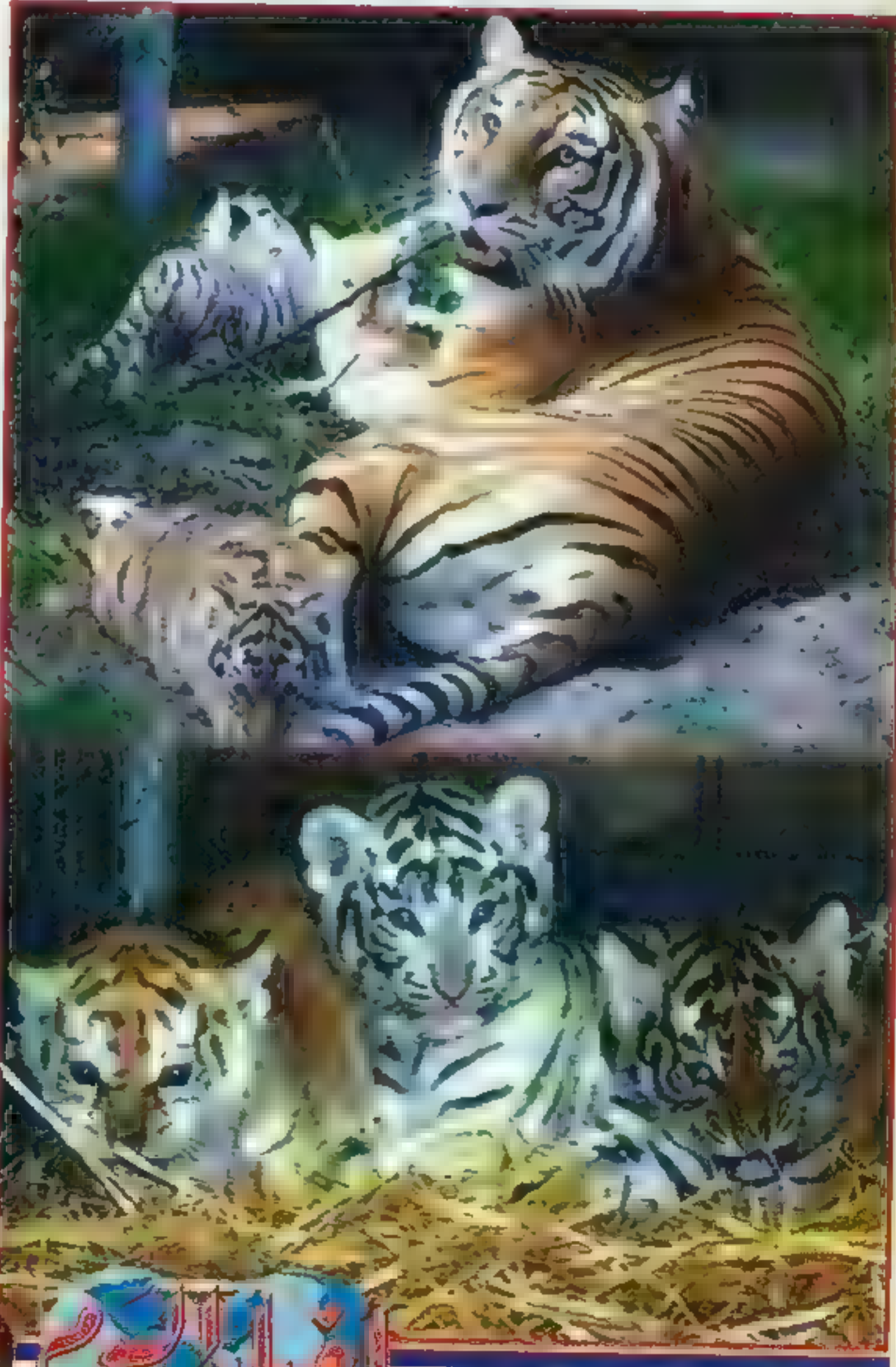
في إطار احتفالات مصر والقوات المسلحة بأعياد أكتوبر المجيد، تقرر فتح المتاحف العسكرية والبانوراما للجماهير مجاناً اعتباراً من يوم الجمعة القادم، حتى نهاية شهر أكتوبر، وذلك تقديراً للشهداء الأبرار الذين ضحوا بكل ما هو غال ونفيس فداء لمصرنا الغالية.

شعبان أفريقي بـ ١٠٠ ألف يورو!

بيع مؤخراً في صالة كريستي الفرنسية للمزادات مجموعة من التماثيل الأفريقية تمثل دول كوت ديفوار وغانا وبوركينا فاسو. تضم هذه الأعمال الفنية تماثلاً لرجل يرفع يده في انتظار الموت يصل ارتفاعه إلى ٥٨ سنتيمتراً تم بيعه بمبلغ قدره ألف يورو إلى جانب مجموعة من تماثيل البرونز والحديد والخشب مثل تماثيل لشعبان من الحديد رمز العقل بمبلغ قدره مائة ألف يورو.. بالإضافة إلى تماثيل من العاج الملون باللون العسلي لرجل واقف في فمه غاليوم وتم بيعه بـ ٢٠ ألف يورو.

نمرذهبي

«رائي» أنثى النمر البنغالي في حالة استرخاء مع أشبالها الأناث الثلاثة وفروهم جميعاً يتدرج بثلاثة ألوان من الأمام للخلف البني والذهبي والأبيض. وكلهم يعيشون في حديقة حيوان في غرب ألمانيا. واختلاف ألوان الأشبال الثلاثة أذهل مسئولوا الحديقة فالأبوين لونهما بني. وفسر مدير الحديقة فرتيز فوم اللون الذهبي بأنه خليط من البني والأبيض.



حبوب التخسيس

ذكر بحث أمريكي أنه من غير المرجح أن يتوصل العلماء إلى حبة سحرية تساعد الإنسان على التخلص من الوزن الزائد قريباً، وأن الحل الأمثل هو ممارسة الرياضة، وتنظيم الوجبات الغذائية. وأوضح البحث أن أي علاج فعال للتخسيس ربما لا يساعد على نقصان الوزن، وإنما قد يحرك مناطق تراكم الشحوم من مكان إلى آخر.

دويتو غنائى

المغنى الأسباني ديفى بيسبال (يمين الصورة) والمغنية جيسكا سيمبسون (يسار الصورة) في بروفة غنائية قبل افتتاح حفل تسليم جوائز جرامى للموسيقى اللاتينية والذي يقام للعام الخامس على التوالي. الحفل أقيم العام الحالى في لوس أنجلوس.

السبانخ لتوليد الكهرباء!

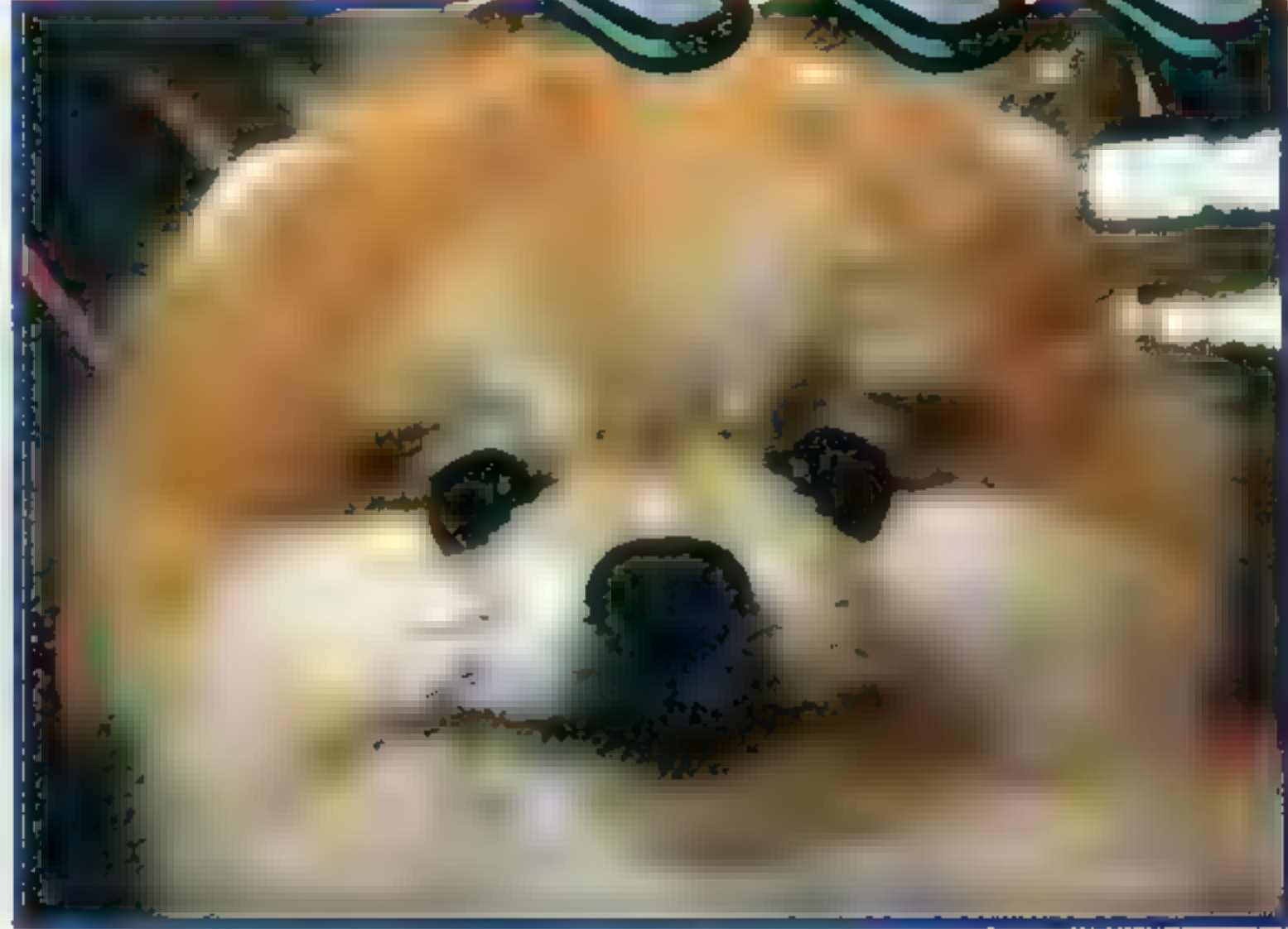
نبات السبانخ المعروف بقيمته الغذائية العالية، كمصدر للحديد وتقوية العضلات قد يصبح قريباً مصدراً للطاقة الكهربائية اللازمة لشحن أجهزة الكمبيوتر والتليفونات المحمولة. وقال الباحثون في معهد ماساشوستس الأمريكى للتكنولوجيا إنهم نجحوا في عزل بروتينات معينة من نبات السبانخ، ووضعها بين رقائق من الزجاج والذهب ثم تسليط شعاع من الليزر عليها، فأدت العملية إلى توليد طاقة كهربائية.

رقص اليكترونى

الراقصان روبرت تاينون (يسار الصورة) وديزيريه كونجيرود يؤديان فقرة راقصة ضمن فقرات مهرجان لفن الاليكترونيات الرقمى في بلدة ليفز في النمسا.

الرجل العنكوت

المتسلق الفرنسي آلان روبرت يتسلق برج مونباماس في باريس وارتفاعه ٥٩ طابقا. روبرت ٤١ عاما. الذي يطلق على نفسه اسم الرجل العنكوت مشهور بقدرته على التسلق بدون استخدام أى أجهزة ونجح في تسلق برج إيفل وأكثر من ٣٠ ناطحة سحاب.



العلاج بالرياضة

أعلن الباحثون البريطانيون أن التمرينات الرياضية أفضل من العلاج الطبيعي التقليدي ومن العلاج بالكهرباء والليزر في تخفيف آلام أسفل الظهر الخفيفة والمتوسطة الشدة. وذكرت دراسة شملت ٢٨٦ مريضا أن نصف المرضى تلقوا علاجا طبيعيا، والنصف الآخر اعتمد على نصائح الخبراء، وبعد تقويم حالة الفئتين بعد ١٢ شهرا لم يجد الباحثون فرقا

صغير الحجم طويل الشعر

تيترتوتس كلب بوميرانى صغير الحجم طويل الشعر يحمل في عدسة الكاميرا بمؤسسة هاواي لمحبي الكلاب والتي تقيم بعض العروض للكلاب في هاواي وهونولولو.

اليوم العالمى للحفاظ على الأوزون

احتفل العالم باليوم العالمى للحفاظ على الأوزون بهدف الدعوة إلى مضاعفة الجهود المبذولة لحماية طبقة الأوزون التى تبعد عن الأرض بنحو ٢٠ ميلا وتحميها من الأشعة فوق البنفسجية الضارة بالإنسان والكائنات والحفاظ عليها يتطلب حظر استخدام المواد الضارة مثل مادة الميثيل برومايد والديوكسين والكلورفلورو كاربون. ويتوقع العلماء أنه من خلال الجهود العالمية المبذولة من أجل حظر استخدام المواد الكيماوية أن تشهد طبقة الأوزون تحسنا كبيرا وتعود إلى حالتها الطبيعية بحلول منتصف القرن الحادى والعشرين.

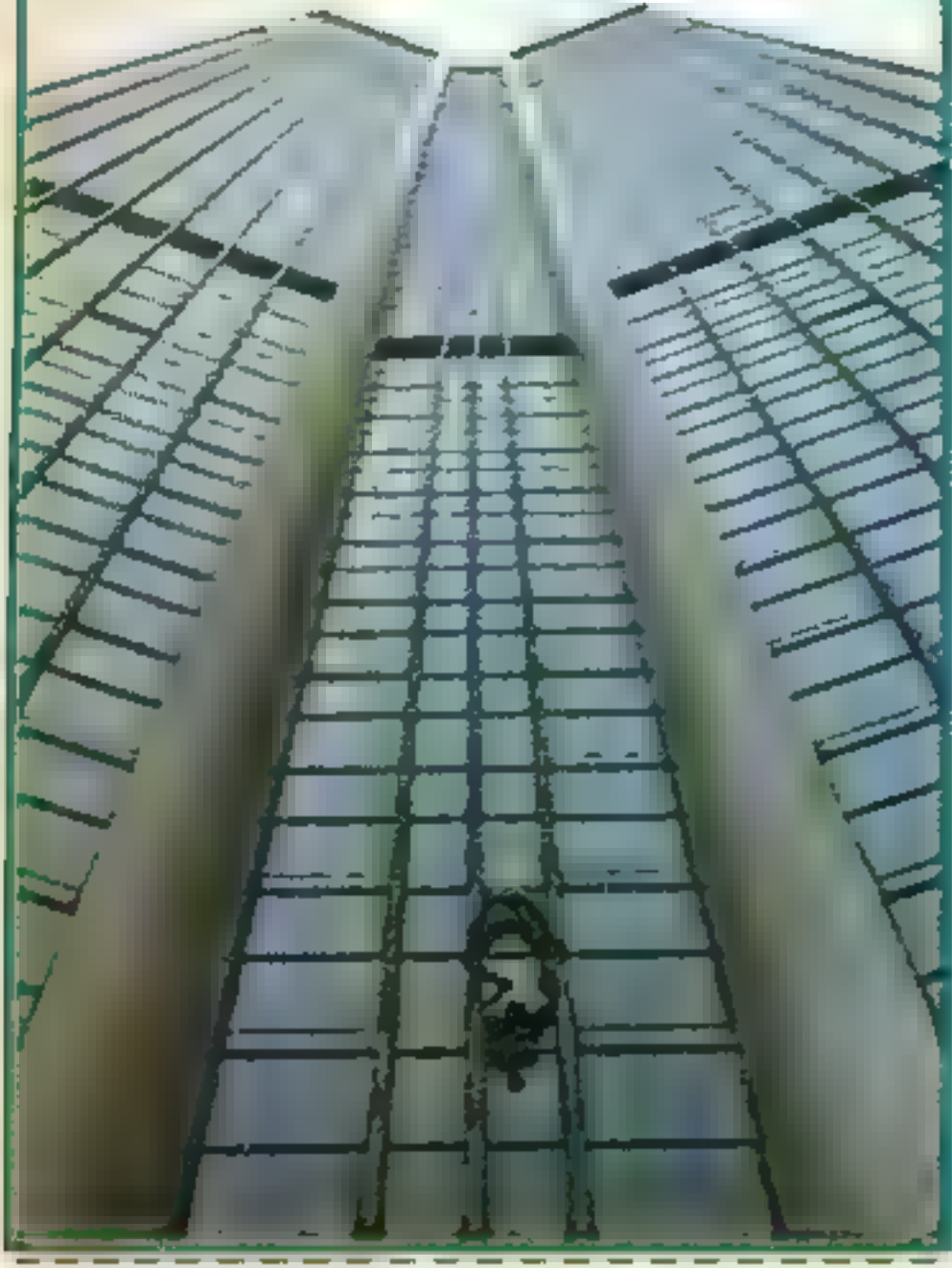
الترامبولين

فتاتان تركيتان تقفزان بسعادة على جهاز الترامبولين أثناء احتفال السياحة في قرية موسكاي التى تقع على بعد حوالى مائة كيلو شرق اسطنبول.



تاريخ البيتزا!

يعود تاريخ صناعة البيتزا الى ألف عام مضت وكانت البداية في مدينة نابولي في إيطاليا عندما ابتكرت ربات البيوت اعدادها من دقيق ولبن وبيض وخميرة، ثم الاستعانة بما تبقى لديهن من طعام لاضافة عمل الوجبة، وبذلك يقدمون وجبة شهيدة بالفائض من الطعام. وانقذت البيتزا الايطاليين من الجوع خلال المجاعات التى شهدتها البلاد. وهكذا انتشرت البيتزا بمكوناتها المختلفة لتنتقل من نابولي موطنها الأصلي الى خارج حدود إيطاليا، ثم الى كل البلاد وأصبحت هى الطبق المفضل والمميز لإيطاليا والعالم كله، ومازالت البيتزا تتلقى الدعم كله من شباب اليوم، ومازال هناك الجديد من الاضافات لأطباق البيتزا فتارة تستخدم في اعدادها فواكه البحر، ومرة أخرى الخضروات بمختلف أنواعها وألوانها والأنشوجة والزيتون أما ما يتوج كل هذه المكونات فهى الجبنة الموتزاريلا.



حفظ تراث السينما المصرية

وقع إختيار شركة روتانا. أحد أكبر منتجى وموزعى الأغاني العربية بالإضافة إلى أكبر مكتبة للسينما العربية، على شركة IBM لتوفير الوسائط الرقمية التى تساعد على أرشفة وتوزيع قناة السينما الجديدة الخاصة بها. وجدير بالذكر أن الحل المقدم من IBM قد أخذ فى الإعتبار إمكانية توفير الخدمات المستقبلية مثل أفلام الدي فى دي DVD والتجارة الالكترونية، وخدمات الرسائل القصيرة، وخدمات عروض الفيديو بحسب الطلب، حيث أن المحور الرئيسى لمشروع روتانا هو الأفلام السينمائية والتى يعود جزء كبير منها إلى بداية صناعة الأفلام المصرية فى السنوات الأولى من هذا القرن، فإن العديد من هذه الأفلام القديمة المشهورة التى تمثل تراث السينما قد أصبحت ذات نوعية غير جيدة وتحتاج إلى ترميم وإحياء، وقد تم وضع ذلك كجزء من تصميم النظام بما يتوافق مع أكثر المعايير دقة فى أساليب إحياء الأفلام، وبالفعل فإن هذا يضمن أعلى مستوى من التفصيل للفيلم واستخدامه كمرجع دائم، مما يتيح مزيد من الترميم للأفلام الآن وفى المستقبل دون التقيد بحدود التكنولوجيا الحالية. وسوف تقدم IBM فى هذا المشروع الخدمات الاستشارية والتصميمية، حيث تقوم بتنفيذ المرحلة الأولى من ميكنة القناة، ومشروع أرشفة وحفظ الأفلام عن طريق توفير حل يتيح تخزين أفلام الفيديو وفهرستها والبحث عنها واستعادتها وإدارتها وبثها على الهواء. وبالإضافة إلى ذلك سوف تقوم IBM بتدريب فريق عمل روتانا المحلى على إدارة النظام واستخدامه ودعمه.

نادر الوجود

الزوار يشاهدون
كلب بحر منقط
يسبح في حوض
مياه بحديقة
حيوان اساهياما في
اليابان. و كلب
البحر المنقط نادر
الوجود ومع وجود
حيوانات أخرى
نادرة بالحديقة بلغ
عدد الزوار في
العام الحالي فقط
٩٠٠ ألف زائر.



روضة المكفوفين

تقرر فتح باب القبول
بروضة الاطفال
الرسمية بمدرسة
معهد النور
للمكفوفين بشارع
جامعة الدول العربية
بالجيزة. بشرط أن
يكون الطفل أو
الطفلة كفيفة أو
ضعيفة البصر..
والدراسة حتى
الثانوية العامة
وبالمجان ودون شرط
المربع السكني..

حركة عالمية ضد الوجبات السريعة!

مع تزايد معارضة الأطباء للوجبات السريعة
بأضرارها الصحية، أسس الصحفي الإيطالي
«كارول برتينى» جمعية أطلق عليها «حركة الغذاء
البطيء»، تدعو إلى تناول الطعام ببطء، للتمتع
بمذاقه ونكهته وبمنظره الشهى مع الاهتمام بتوفير
جو من البهجة على مائدة الطعام متمثلاً في
التعليقات الطريف والأحاديث المرحية بين المشاركين
في تناول الطعام من أفراد الأسرة أو الأصدقاء.. مع
عدم مشاهدة التلفيزيون أثناء الأكل لتركيز
الاهتمام على الطعام والمشاركين في تناوله ويوضح
الدكتور مصطفى نوفل أستاذ علوم الأغذية بجامعة
الأزهر أن تناول الطعام ببطء يساعد على تنمية
العلاقات الاجتماعية والأسرية، وهو ما لا يتحقق
مع سرعة تناول الوجبات الجاهزة،

١٠٠ لوحة

لشمبانزى

هواية الرسم لن تعد
حكراً على الإنسان
فقد تمكن حيوان
الشمبانزى من خوض
هذه الهواية. ففى
اليابان نجحت أنثى
شمبانزى تبلغ ٣
أعوام وتعيش فى
إحدى حدائق
الحيوان من رسم
مائة لوحة تم عرضها
فى العاصمة طوكيو..
يقول مدبرها إن
موهبتها شجعت
على تدريبها حتى
أصبحت تجيد
التعامل مع فرشاة
الرسم والألوان!

عرض أزياء

عارضه أزياء ترتدى ملابس تناسب سقوط
الأمطار من الحرير ذو اللون المشمشى ضمن
عروض أزياء تشادو رالف روتشى فى نيويورك.

سقوط طفل بعريته فى النهر

وقف الجد ومعه الجدة ويدها عرية
الأطفال بها حفيدهما الرضيع البالغ من
العمر أربعة أشهر، وكانا يشاهدان
استعراضاً لفرق الانقاذ المائى فى نهري
الينس بمقاطعة شتاير مارك النمساوية،
وفى هذه الأثناء كاد رئيس فريق الانقاذ
يلقى حتفه غرقاً عندما دخل فى منعطف
مائى لولا مساعدة ابنه وشخص آخر من
الفريق. وعندما همت الجدة والجد بالنزول
من القارب هوت العرية وسقطت بالرضيع
فى النهر لكن رجال الانقاذ الذين كانوا
موجودين سارعوا وانقذوا الرضيع.

مصرى أصغرى خريجي الجامعات

الأمريكية هذا العام

جامعة راتجرز التى تعد واحدة من أهم
الجامعات الأمريكية أعلنت خلال حفلها
السنوى بمقرها بمدينة نوراك بولاية
نيوجيرسى عن تخريج دفعتها لعام ٢٠٠٤
والتي ضمت واحداً من أصغر الخريجين
سناً فى تاريخها وعلى مستوى الولايات
المتحدة وهو شريف أشرف الربيعى ١٨ عاماً
الحاصل على بكالوريوس الاقتصاد وإدارة
الأعمال والتسويق، محققاً مستوى رفيعاً
فى جميع علومه مما أهله للحصول على
درجته العلمية بمرتبة الشرف.

مصارعة الثيران

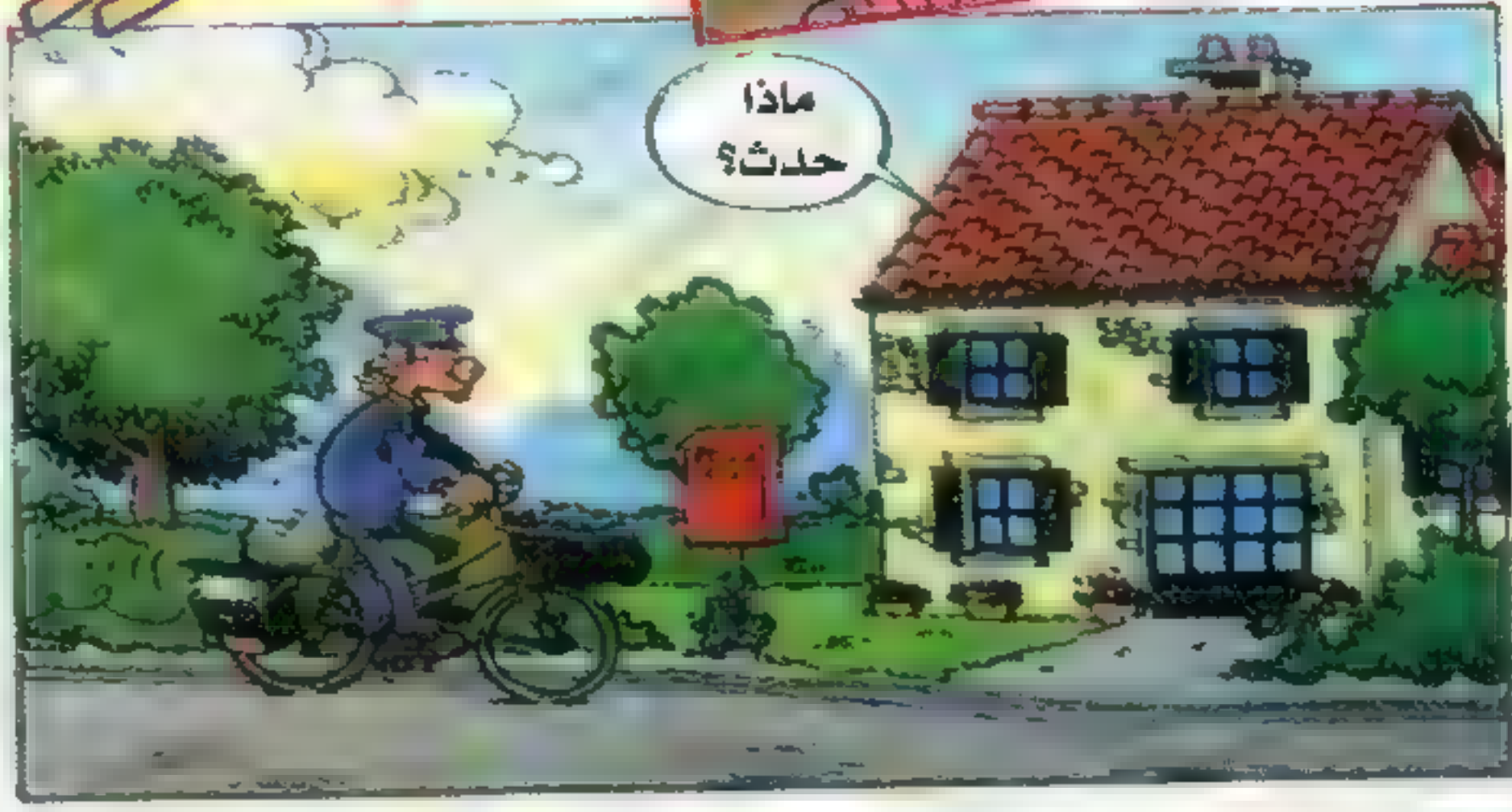
مصارع الثيران الاسباني فرانثيسكو ماركو يؤدي إحدى حركات
المصارعة وهى امرار الثور من جانبه بدون أن يصيبه فى حلبة
مصارعة الثيران فى مدينة سانتونا الواقعة شمال اسبانيا.



مسابقة الرسم

الإبداعى

وافق الأستاذ انس
الفقى على تنفيذ
مسابقة الرسم
الريداعى فى الأماكن
المفتوحة لطلّاع
المحافظات بمناسبة
الإحتفال بانتصارات
أكتوبر المجيدة، وذلك
بالتعاون مع مركز
الفنون بمكتبة
الإسكندرية ويشارك
فى المسابقة طلائع
من سن ٩ إلى ١٨ سنة



كل سنة وانت طيب يا بيه..
محسوبك شلاطة ساعي
البريد الذي أتى كل يوم
بالبريد الطازج.. هي هي
هي.. أنا لا أقبل أقل من
خمسة جنيه بقشيش

وداعا للبشيش الاجباري..



..وداعا للأزعاج في الأوقات غير المناسبة..

والآن موعدكم مع برنامجكم
الذي طال انتظاره..

ديج دوج

تي هي إنه
ساعي البريد
لحظة واحدة
سيأتي حالا



..وداعا للخطابات المتأخرة..

هل رأيت أني
وشي وش
السعد عليك

واو! لقد كسبت سيارة آخر
موديل تعال لاستلامها قبل
٢٠ سبتمبر والا
لن تفوز بها!



..وداعا للتدخل في الحياة الخاصة..

أعتقد أن هذه
جائزة مسابقة

قل لي ما هي
هذه المسابقة حتى
اشترك فيها

هيا اقرأ حتى
تعرف ما هي
الجائزة..



لا تحزن هكذا فلا يوجد شيء يستاهل

خيرها في
في غيرها!

إههه



« هارد لاك » إنه تأخير
اسبوع فقط

لكن؟! نحن يوم ٧ أكتوبر!



وداعا..

بالطبع لا

فأقول له
وداعا

هل هذا يعني أنك
لن تستخدم أبدا
صندوق البريد



هل رأيتم يا أولاد
فائدة الانترنت.

نعم!

نعم..



..وداعا للخروج في الصباح المبكر في الأيام المشرقة



..وداعا لأجمل طوابع بريديّة..



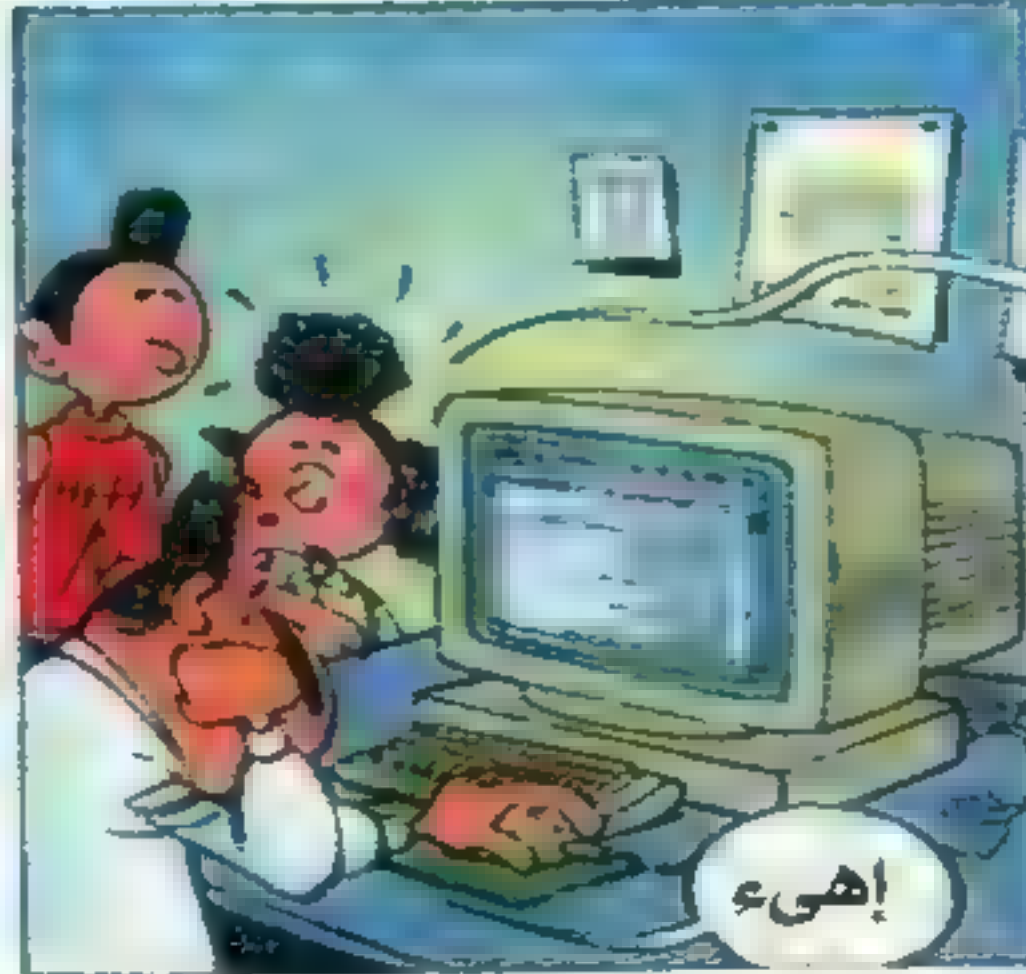
..وداعا للتعاون بين الجيران



وداعا لدعوات طنط مفيدة على العشاء



..وداعا للقاء الجيران اليومي..



وستمر عليكم السنوات وأنت جالس أمام الكمبيوتر ولن يكون لديك أصدقاء سوى بعض القطط الضالة..



فبهذه الطريقة سأخرج حوالي ١٢ مرة في اليوم حتى أرى آخر أخبار البريد الذي وصلني..



أختي الصغيرة

وردات الجيبور
تزين الوسادة الصغيرة

وما زالت الوسائد الصغيرة وسيلة فعالة لراحة اجزاء الجسم المختلفة، ولاسترخاء البدن، الذي يريح بعد طول تعب.

كما ان الوسائد الصغيرة وسيلة ناجحة لوضع لسات رقيقة من الديكور الفني على الاركة، وعلى الكرسي ذو المساند، أو حتى الكرسي العادي.

ولأن بعض اغطية الوسائد الصغيرة، لا يمكن نزعها عن الوسائد نفسها فيمكنك أن تضيفي لسة رقيقة عليها وهي على حالها، بدون خلعها، الذي يسهل عملية التطريز.

فيمكنك أن تحضري بعض الوردات الصغيرة من الجيبور أو الدانتيل، وبعد أن تنظفي حول اركانها من الخيوط الزائدة باستخدام مقص صغير حاد، قومي بلصق كل وردة جيبور على سطح غطاء الوسادة بالاصق جيد خاص بالمفروشات. واستخدمي في ذلك يد خشبية لئلا يسخن كريمة، حتى لا يلتصق اللاصق بأطراف اصابعك. فيما بعد يمكنك استخدام الوسادة الجميلة في اراحة ظهرك أثناء ساعات المذاكرة.



أكل البيض ضروري لك

مهم جدا ان تواظبي على تناول البيض في غذاءك، بحيث تأكلين ما لا يقل عن بيضتين أو ثلاثة في الاسبوع. أما إذا استطعت أن تأكلي بيضة واحدة في كل يوم، فسوف يكون هذا شيئا رائعا جدا، لأن البيض مغذي جدا فالبيضة الواحدة تحتوي على ما يأتي:

- البروتين : بنسبة ٧,٦ جرام.
- الدهون : بنسبة ٦,٥ جرام.
- الكربوهيدرات : أقل من جرام.
- الفيتامينات : البيض غني بفيتامين ب ١٢ B12 الذي يقوى الجهاز العصبي. وكذلك فيتامين د D الذي يقوى العظام والأسنان.
- المعادن : البيض مصدر غني لليود الذي يفيد الغدة الدرقية، كما أنه مصدر للحديد الذي يساعد في تكوين خلايا الدم الحمراء. وهكذا فإن أكل البيض ضروري لك.

ضع شعرك
من ضعف أكلك

أن شعرة واحدة من رأسك، تعتبر في نظر العلماء عضوا كاملا، يعيش مع باقي الاعضاء في الجسم، وعليه فهو يتغذى بغذاء، ويتأثر بكل العوامل الصحية التي تطرأ عليه. ولذلك، فمن أهم العوامل التي تجعلك تكسبين شعرا قويا، لامعا، متمتعا بالصحة والحيوية، هو أن تحرصي جدا على تناول طعامك الذي يحتوي على كل العناصر الغذائية مجتمعة، وشاملة ومتكاملة.

أما أن تقصري طعامك، ووجبات غذاءك على «النواشف»، وعلى «التيك أواي»، فسوف تصابين، وبالضرورة بالضعف، وبالطبع لتساقط شعرك، وتقصفه، وضعفه، وفقدانه للحيوية، والطراوة. وازني طعامك، واحرصي على أن يحتوي دائما، وفي كل الوجبات على النشويات، والخضراوات، والفواكه، والبروتينات، والدهون، وبكميات صحية من كل منها.



هل تحبين اللون الأحمر؟

اللون الأحمر، يذكرنا بالنار، وبالحرارة، وبالدفء، ويقول خبراء الالوان، أن كل لون يدل على صفات معينة في شخصية كل واحد منا. ويقولون أن من يحب اللون الأحمر يتميز بأنه إنسان عاطفي، أي أنه يسير وراء عواطفه أكثر من عقله. كما أن من يحب هذا اللون، يرغب رغبة صادقة في إدخال السرور على الآخرين من الناس حوله. ولكن في نفس الوقت تكون عنده رغبة عظيمة في التفوق عليهم، حتى أنه يمكن أن يثير المتاعب معهم. أما من يكره هذا اللون، فإن هؤلاء العلماء يقولون عنه أنه غالبا ما يعيش في حالات من القلق تجاه أي موقف، أو في مقابل أي شخص يتعامل معه. كما أن ذلك الشخص غالبا ما يخشى التعبير عن رغباته الداخلية.

فهل تحبين اللون الأحمر.. أم تكرهينه؟ وهل صدق العلماء؟



هه... ثعاليبو،
هل نمت؟

.. ثم أحلم بأنه فى الصباح
سيكون كل شىء هادىء من
حولنا والحياة جميلة..

هل تعرف يا ثعاليبو.. عندما بدأت
استعدت للنوم وجدت نفسى وكأننى
أنظر للسماء الصافية والتجوم والقمر
يتألآن بها..

لا.. لم أنهم
بعد..

ثعاليبو!..
أنت نائم؟!

فهم أمكر من الذئب
ويتحركون بخفة شديدة
أكثر من الثعابين..

ولكن لماذا يا
ثعاليبو؟!

أفكر بأنه يجب على أن
أحترس من الهتود الحمر..

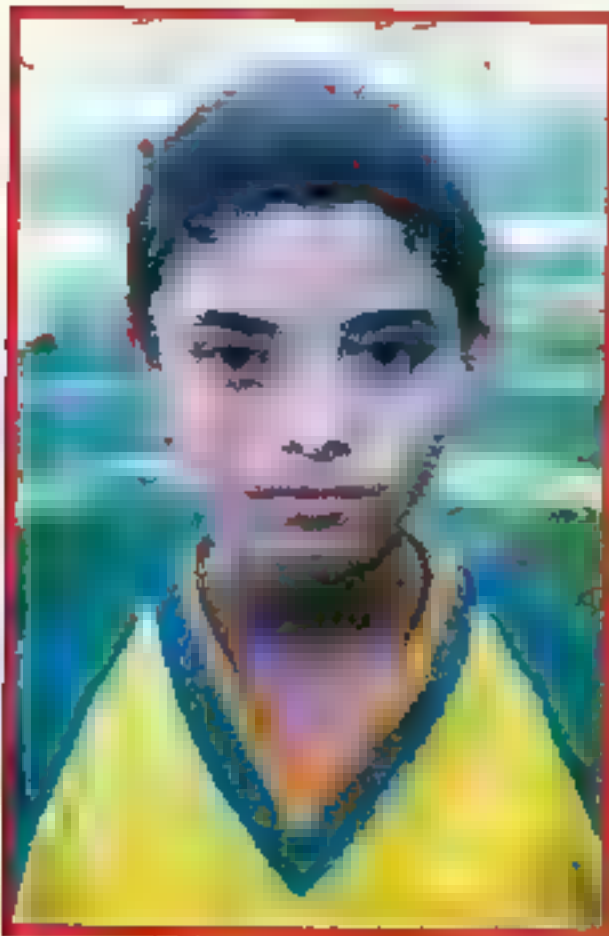
؟

وأنت؟.. قل لى بماذا تفكر
الآن؟!

لأن هؤلاء اللصوص نجحوا فى سرقة الخيمة التى كنا ننام بها بدون أن
نشعر!.. عرفت لماذا يا دوبا السبب الذى جعلك تعتقد بأنك تنظر للسماء؟!



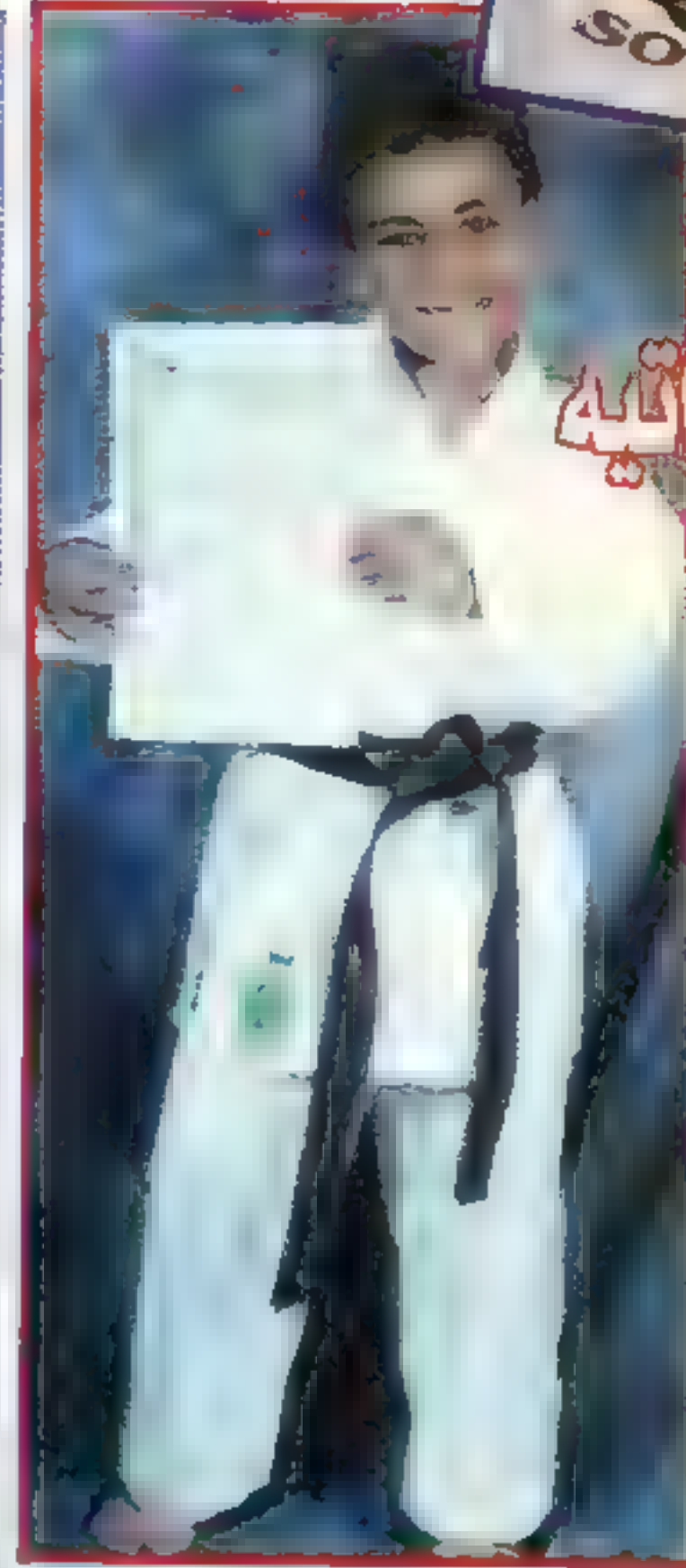
حسن يتألق في دراويش ١٢ سنة



وسط قلعة الدراويش المليئة بالنجوم الموهوبين في رياضة كرة القدم تفتحت موهبة نجم جديد سيكون نجم المستقبل خلال السنوات القليلة القادمة هو الموهوب حسن عبدالله الكيلاني لاعب فريق الاسماعيلية تحت ١٢ سنة والذي يتميز بالاداء القتالي داخل المستطيل الأخضر والموهبة الكبيرة وحب تسجيل الأهداف حتى أن مدربه الكابتن رضا صنيق يعتمد عليه من العناصر الأساسية في كل المباريات مؤكداً أنه خلال السنوات القليلة القادمة سيكون مفاجأة الدراويش في البطولات. حسن الكيلاني يدرس في الصف الثاني الإعدادي بمدرسة ٢٤ أكتوبر ويلقى كل الدعم والرعاية من حضرة الناظر الأستاذ حسن الحلوسي الذي يهتم به كثيرا رياضيا ودراسيا.

على عبدالعالي

محمد القاهر في الكاراتيه



ليظل الصاعد بسرعة الصاروخ على محمد محمد عبدالباقي نجح في التألق في بطولة القاهرة للكاراتيه وكان حديث المدربين وخبراء اللعبة لأدائه رفيع المستوى في تنفيذ حركات لكاتا الصعبة ووصفوه بنجم المستقبل الذي سيكون أفضل لاعب في مصر خاصة وأن سنه لم يتعدى الـ ٦ سنوات ويتولى تدريبه صانع الأبطال الكابتن عبدالحميد الرويني الذي يعد بأن يقدم للمنتخبات المصرية لاعبا جديدا على أعلى مستوى من الكفاءة والموهبة هو على محمد عبدالباقي صغير السن الذي نجح أيضا في الحصول على درجة الحزام البنى.

تاريخ أكبر الأندية الأسبانية لكرة القدم

الانتصارات كما شارك في العديد من بطولات أوروبا وفاز ببطولة الدوري ١٦ مرة أعوام ٢٩ و ٤٥ و ٤٨ و ٤٩ و ٥٢ و ٥٣ و ٥٤ و ٥٥ و ٨٥ و ٩١ و ٩٢ و ٩٣ و ٩٤ و ٩٨ و ٩٩

النادي بفكرة من أوكتايفيو أوغسطس في تورينو وخاض أولى مبارياته في ٢١ مايو ١٩١٩ وخسرهما صفر/١ وقد حصل الفريق على بطولة الدوري ٥ مرات آخرها موسم ٢٠٠٣/٢٠٠٤ وكأس أسبانيا ٦ مرات وكأس الاتحاد الأوروبي ٣ مرات وكأس السوبر الأوروبي مرة واحدة..

ريال مدريد:

نادي القرن وهو النادي الوحيد الذي حصل على دوري أبطال أوروبا ٩ مرات محققا رقما قياسيا. أنشئ نادي ريال مدريد بتاريخ ١٩٠٢ وأطلق عليه الملك الفونس الثالث عشر هذا الاسم. حصل على أول بطولة دوري عام ١٩٣٢ وواصل بعدها انتصاراته حتى فاز بـ ٢٩ لقب حتى الآن.. كما فاز بالكأس ١٣ مرة بدأت في عام ١٩٠٥ وأخيرا ١٩٩٣ فاز ببطولة دوري أبطال أوروبا ٩ مرات أعوام ٥٨ و ٥٩ و ٦٠ و ٦٦ و ٩٨ و ٢٠٠٠ و ٢٠٠٢ وفاز بكأس الاتحاد الأوروبي مرتين.

برشلونة:

برشلونة أحد أقوى الأندية الإسبانية على مر التاريخ.. أنشئ هذا النادي على يد هانز غامبير في عام ١٨٩٩ فعاش سنوات طويلة من

فالنسيا:

يطلقون عليه نجم البطولات ونجم المستقبل أنشئ هذا



4free.com.eg

Menafet

الرياضة

الإنترنت المجاني

0707
0909

أدخل عليه وما تحملش هم

حوارات. بريد إلكتروني. كروت معايدة. رسائل قصيرة... والجديد كل يوم أدخل عليه من.. القاهرة الكبرى. ٦ أكتوبر. الإسكندرية. بورسعيد. جنوب سيناء الفردقة. الاسماعيلية. السويس.. وقريبا باقي المحافظات

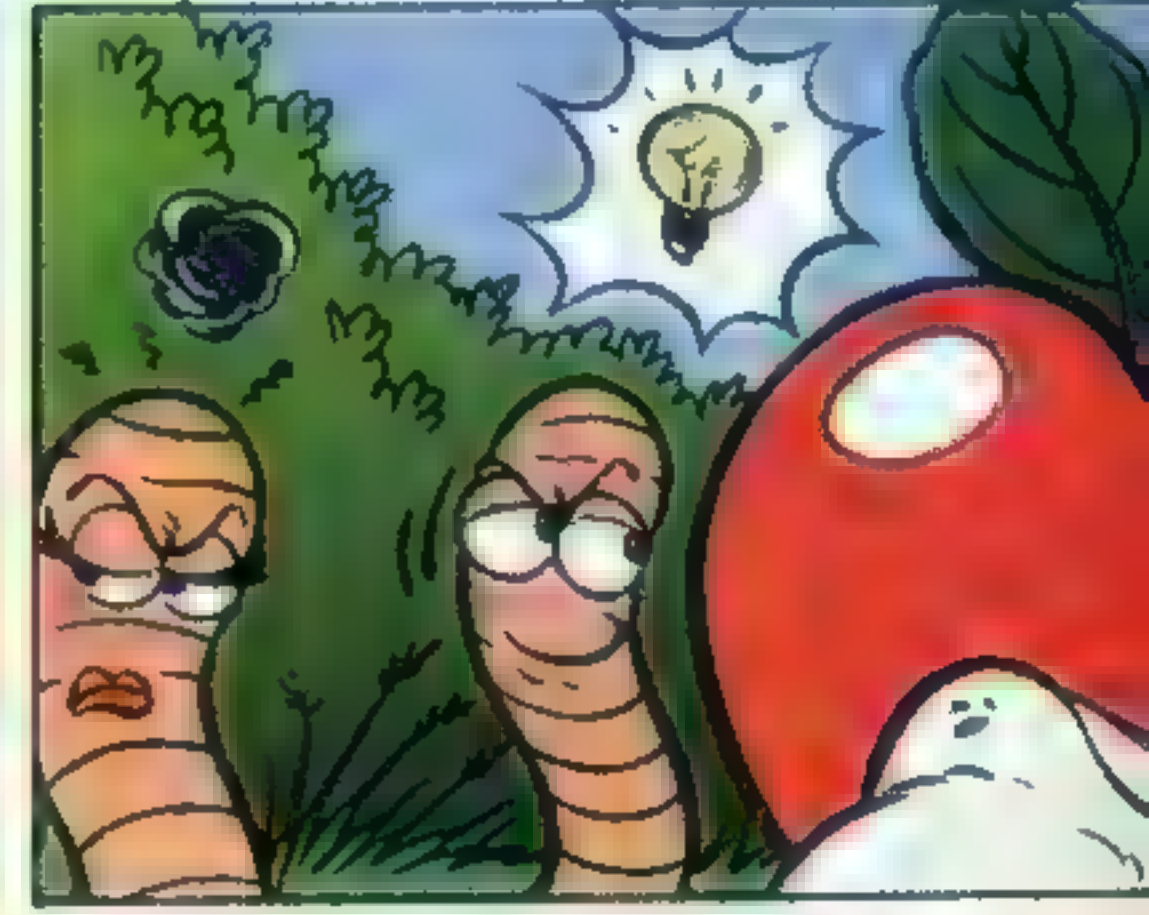
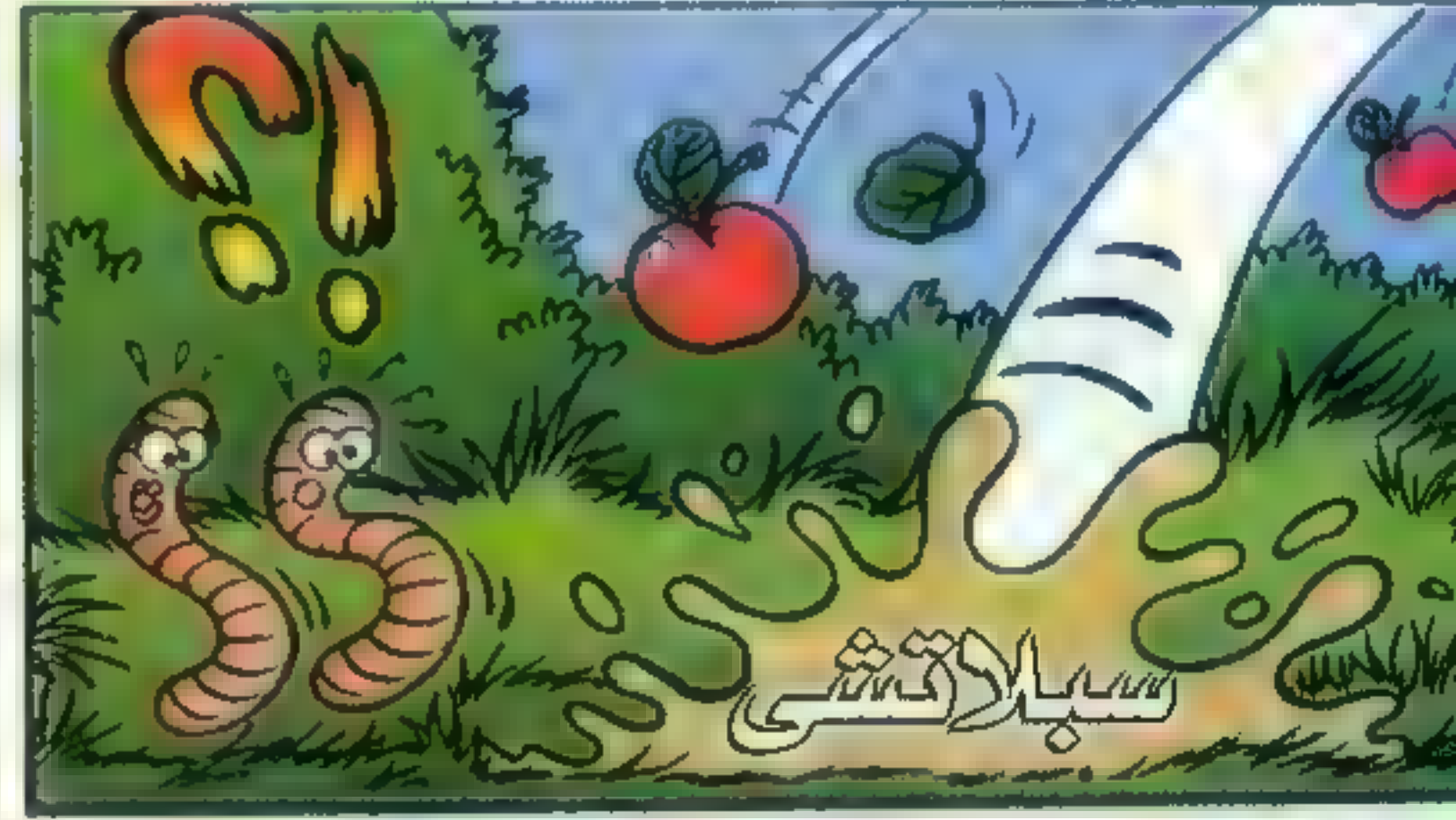
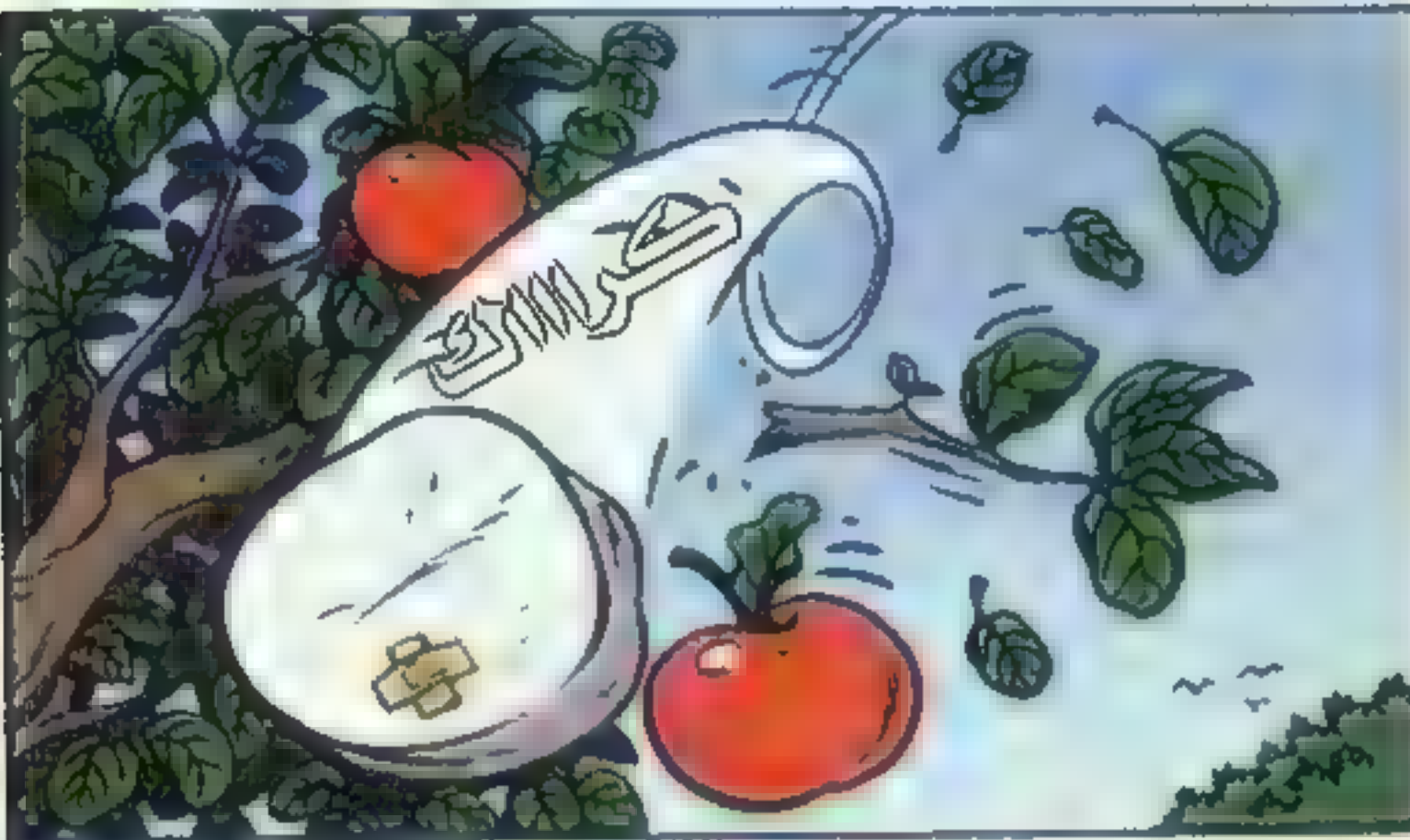
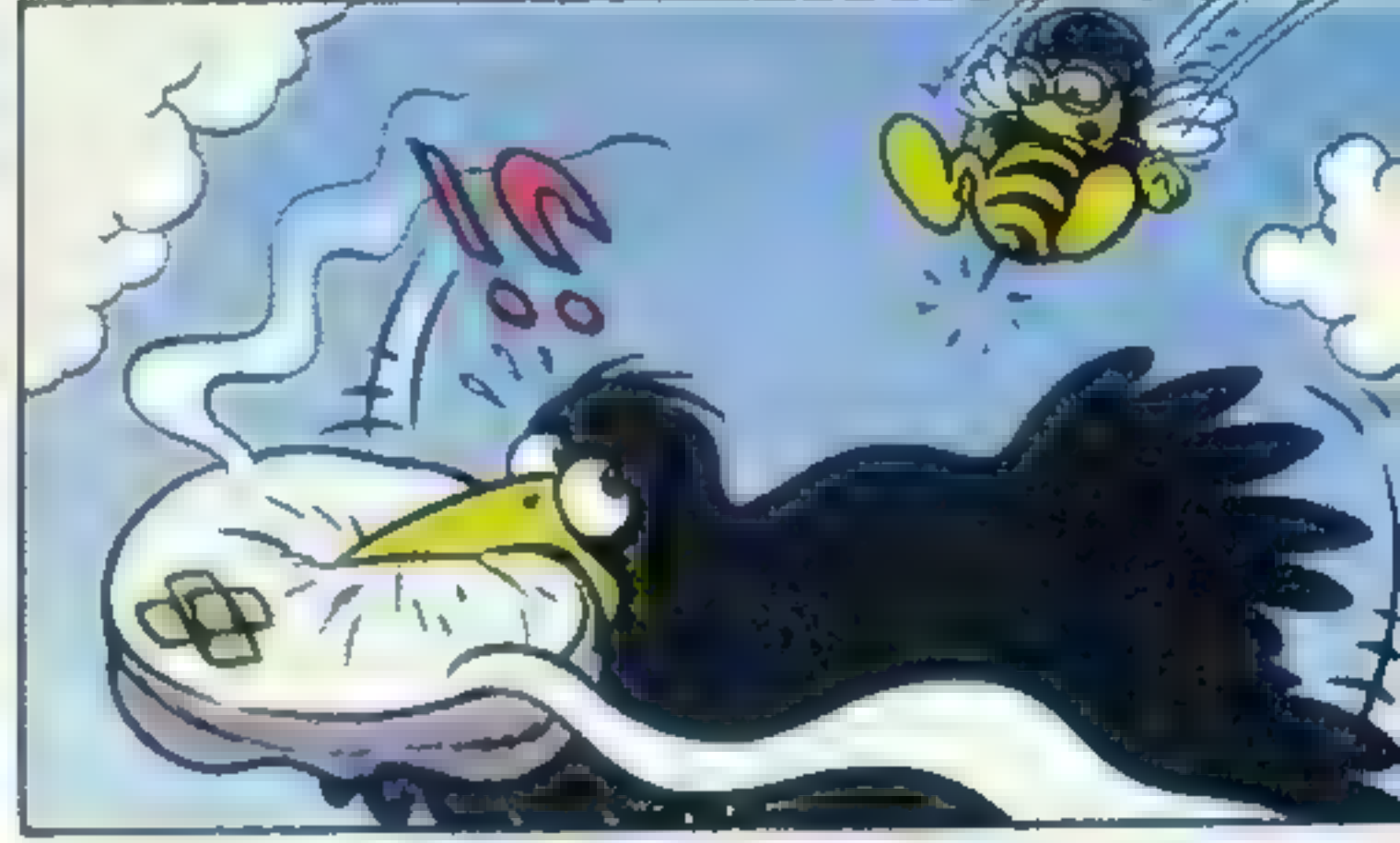




صح صح



ملخص ماسبق : خرج صح صح ومعه مجموعة الطيارون الجدد للتمرين على الطيران ولم يكن يدري بأن جيش النمل قد استعد هو الآخر للخروج لأسر أكبر عدد من النحل لتحرير ملكة النمل التي وقعت أسيرة للعنكبوتة الشريرة.



الذي لم ينس هو الآخر
موعدته مع صبح صبح

انظروا يا
أصحاب ان
جسم الطنان
يشبه البرميل

يكفى هذا!.. والآن
فلتعودوا للتشكيل
وتتزوجوا بالعسل

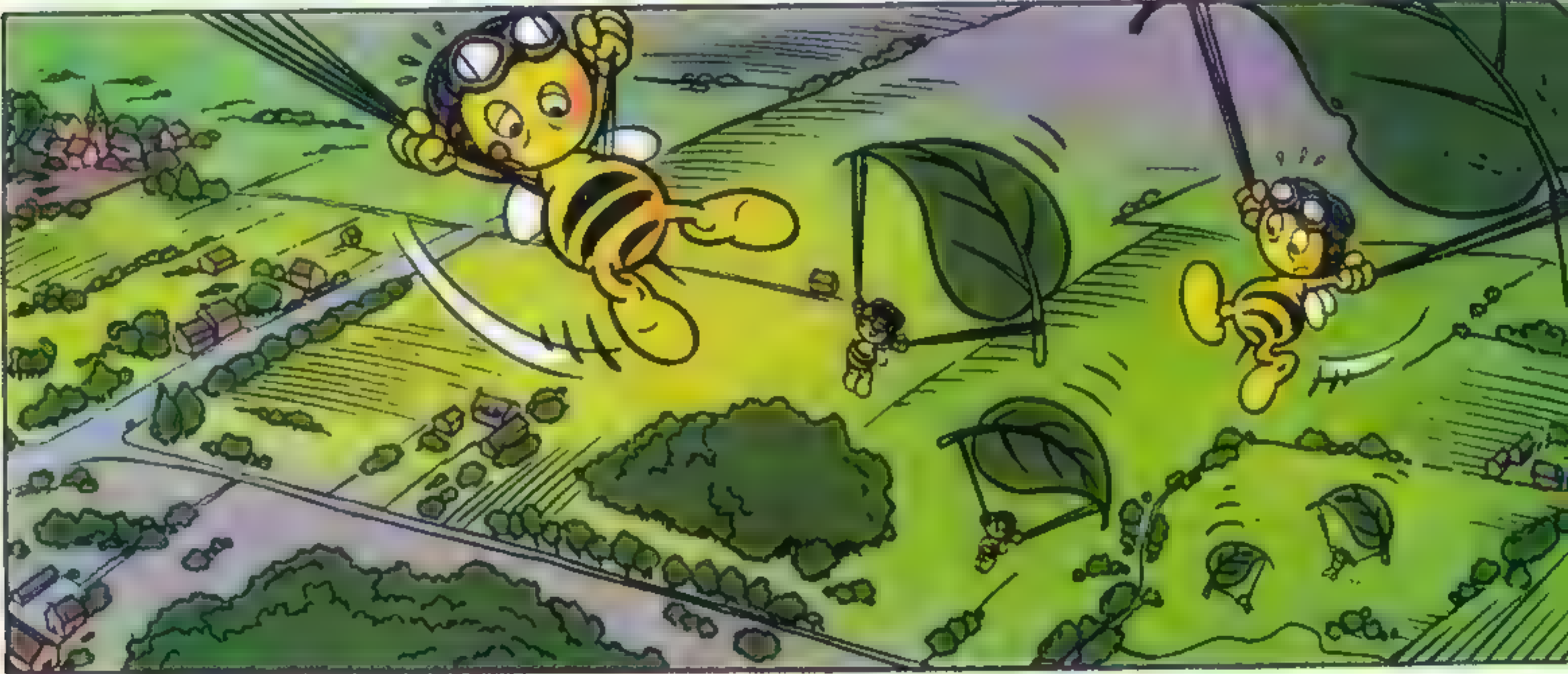
كل واحد منكم
يفتح البراشوت
بسرعة!

ززززززز

أشعر بأنني على
وشك أن أفقد
وعي
أما أنا فأريد
أن أنام

كان يجب عليكم ألا
تسرخوا من الطنان
الكبير! الآن نحن
في مشكلة كبيرة

وااااا



يا لهم من أغبياء! كنت
علي وشك أن أفقد فريق
آخر من الطيارين

اعتقد أن الطنان
الكبير مختبئ في
مكان ليبيكي

بيوزبيوزبيوز





هه... اسمع صوتا قادم من تلك
الناحية.. أعتقد أنهم مجموعة
من زملائي الدبابير.



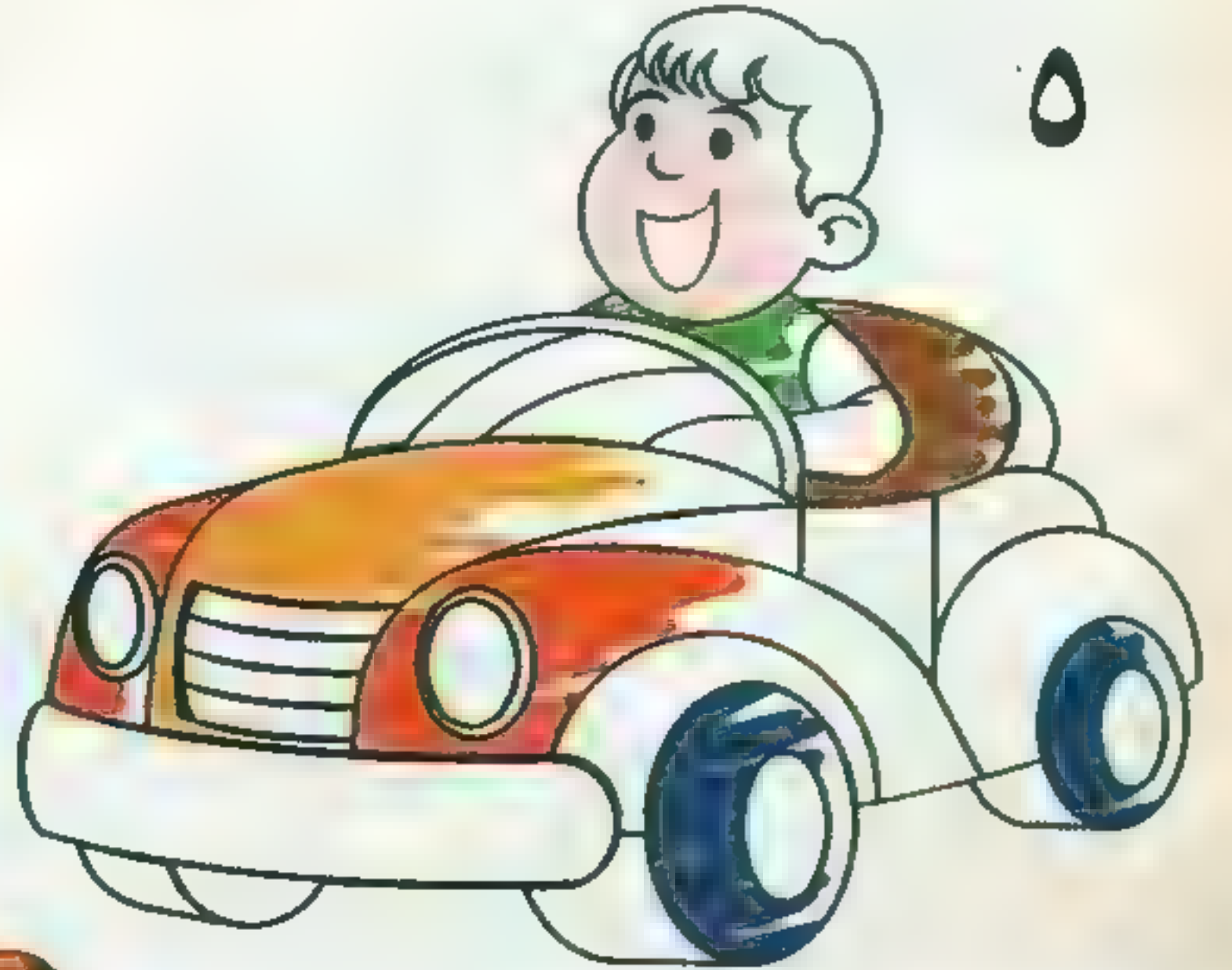
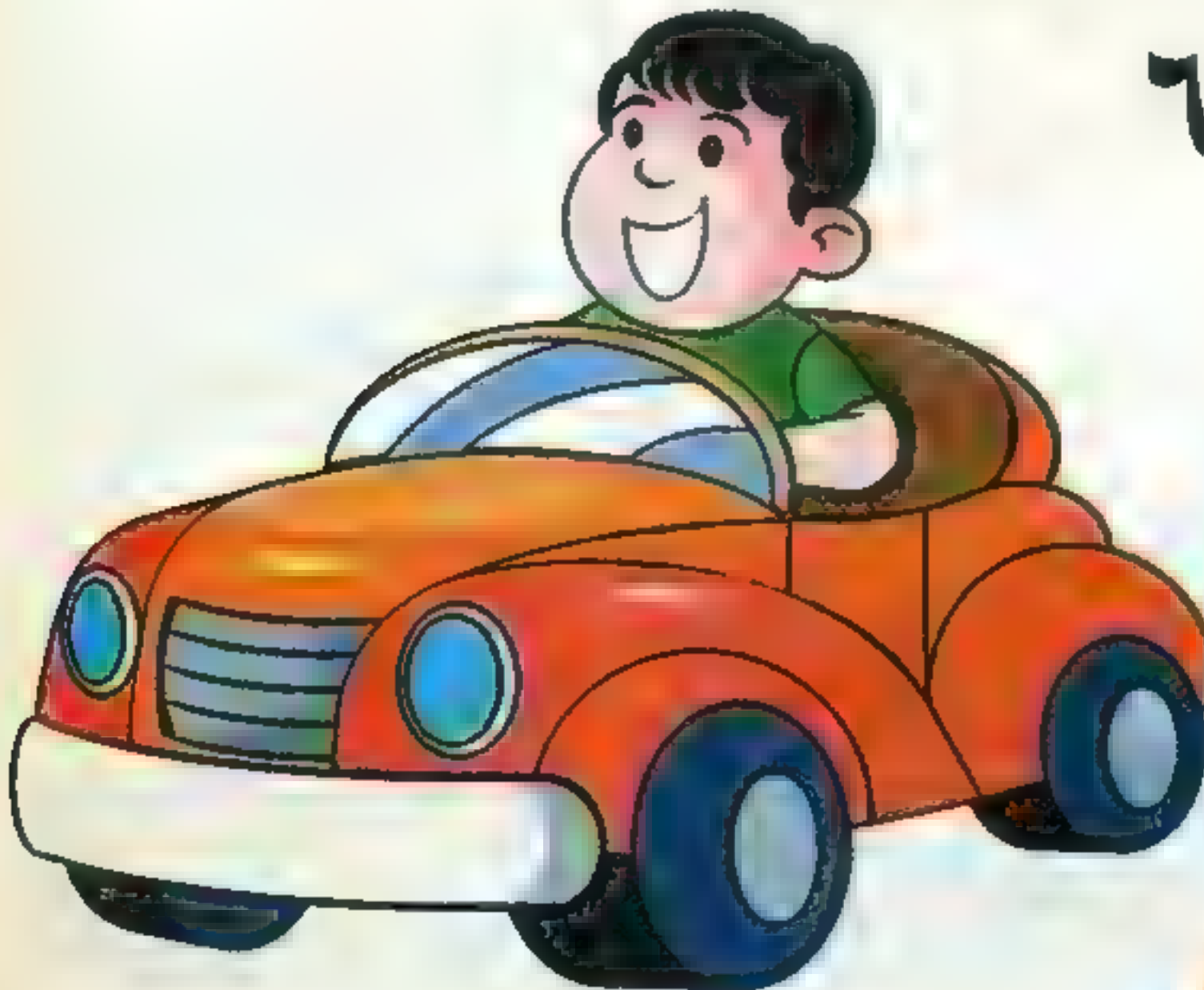
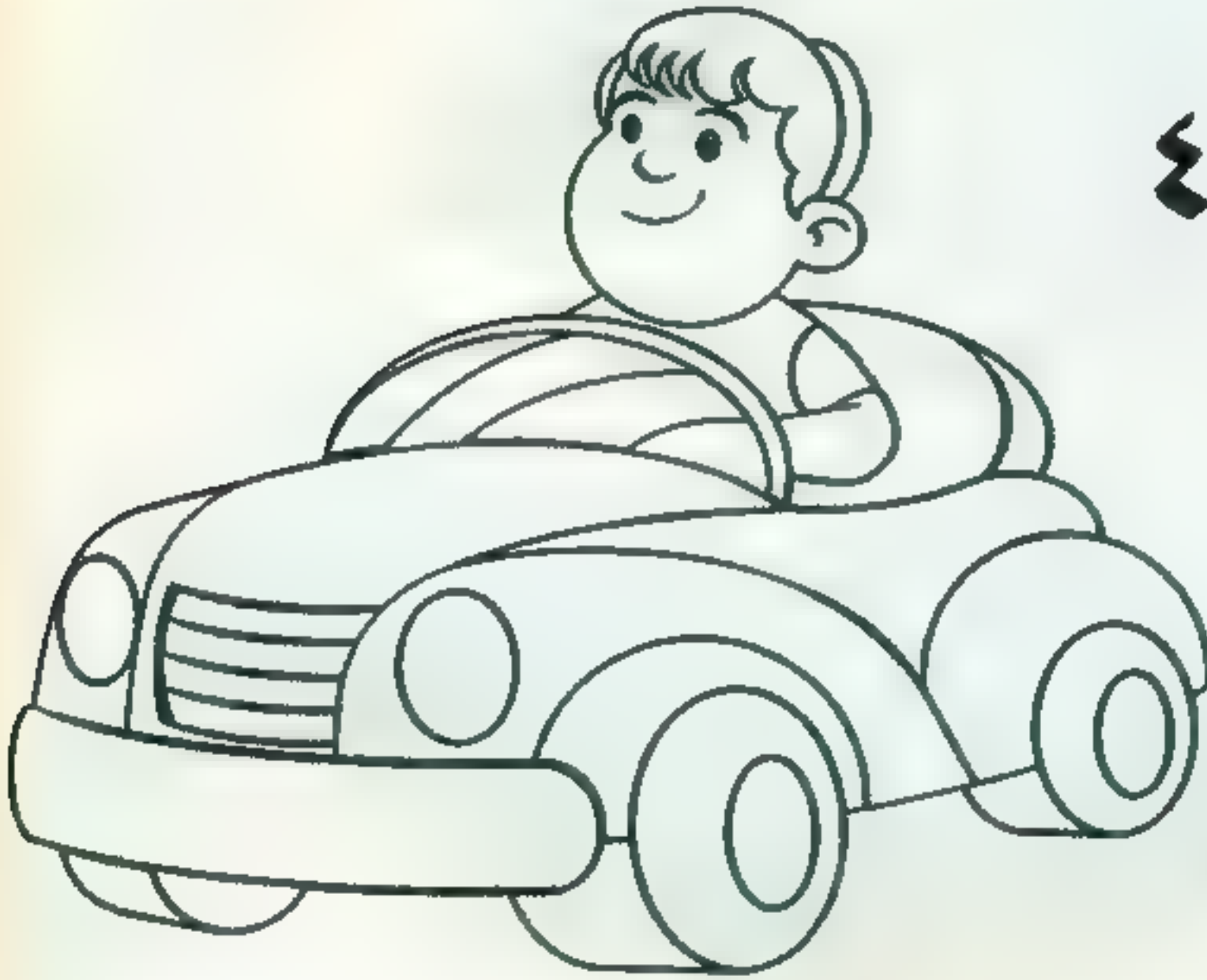
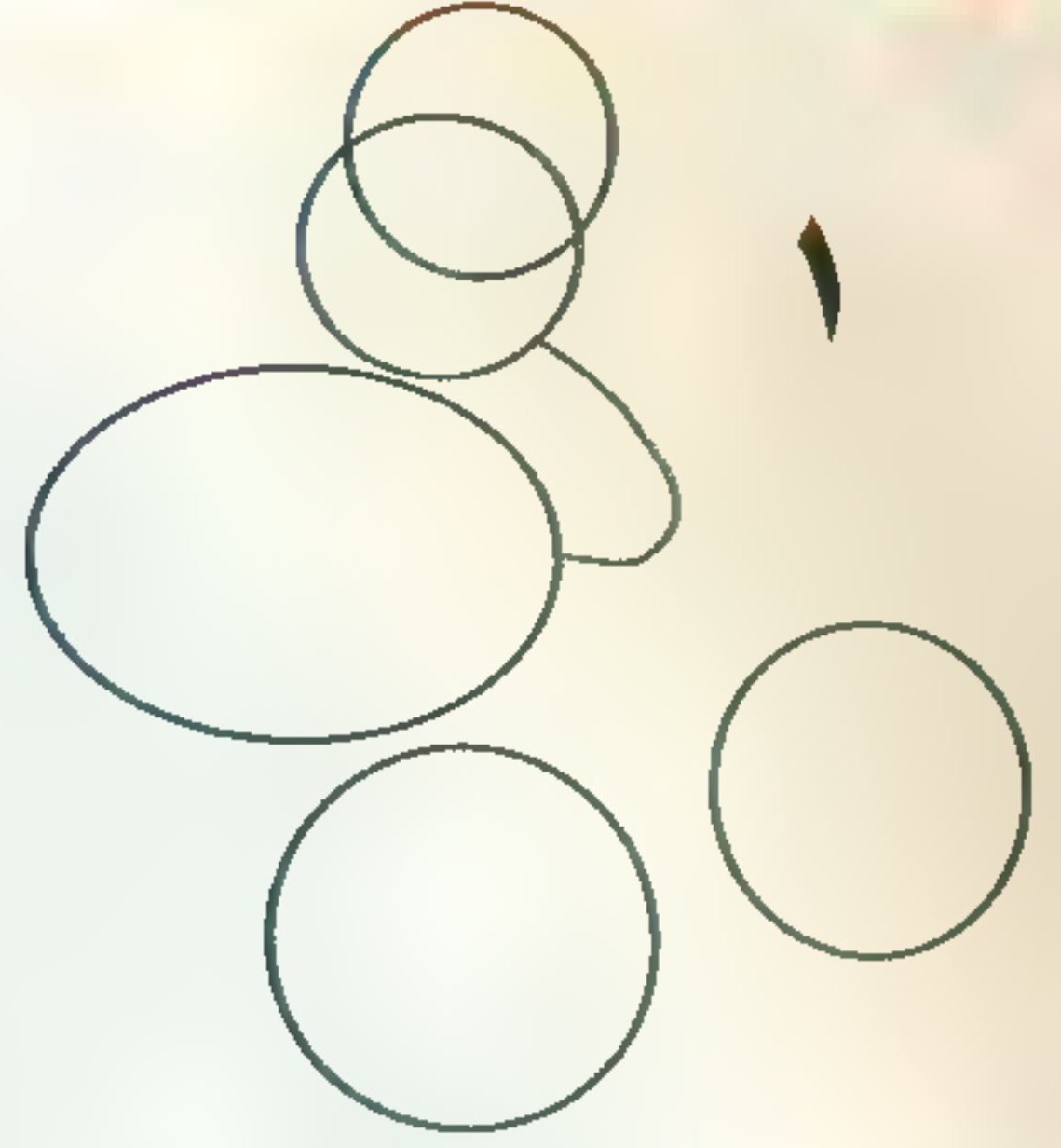
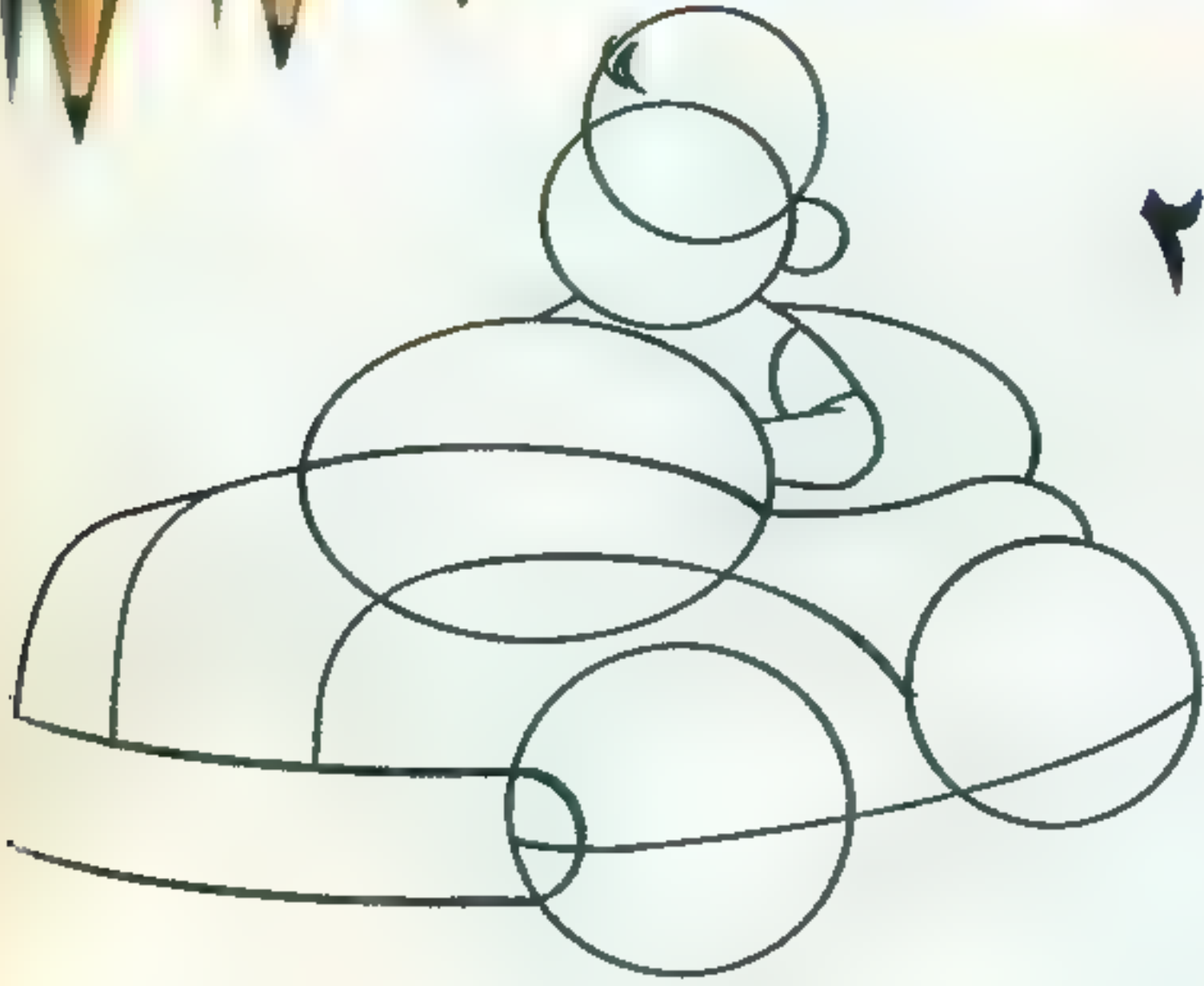
جہنم



كنت أتمنى أن أتمتع
بجسم نحيل ورشيق
كجسم الدبورا!



مدرسة الرسامين

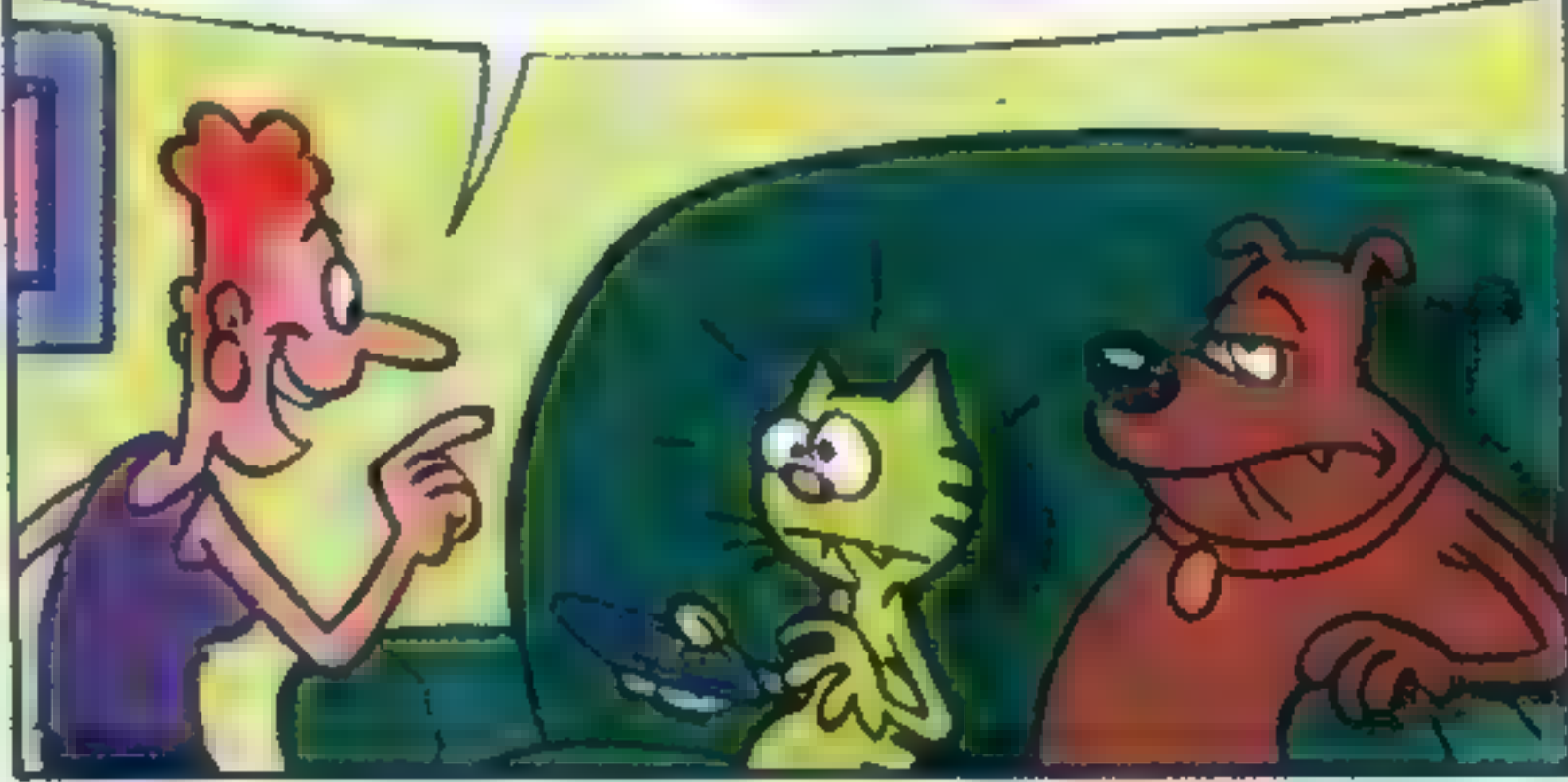


شمش و رنجو

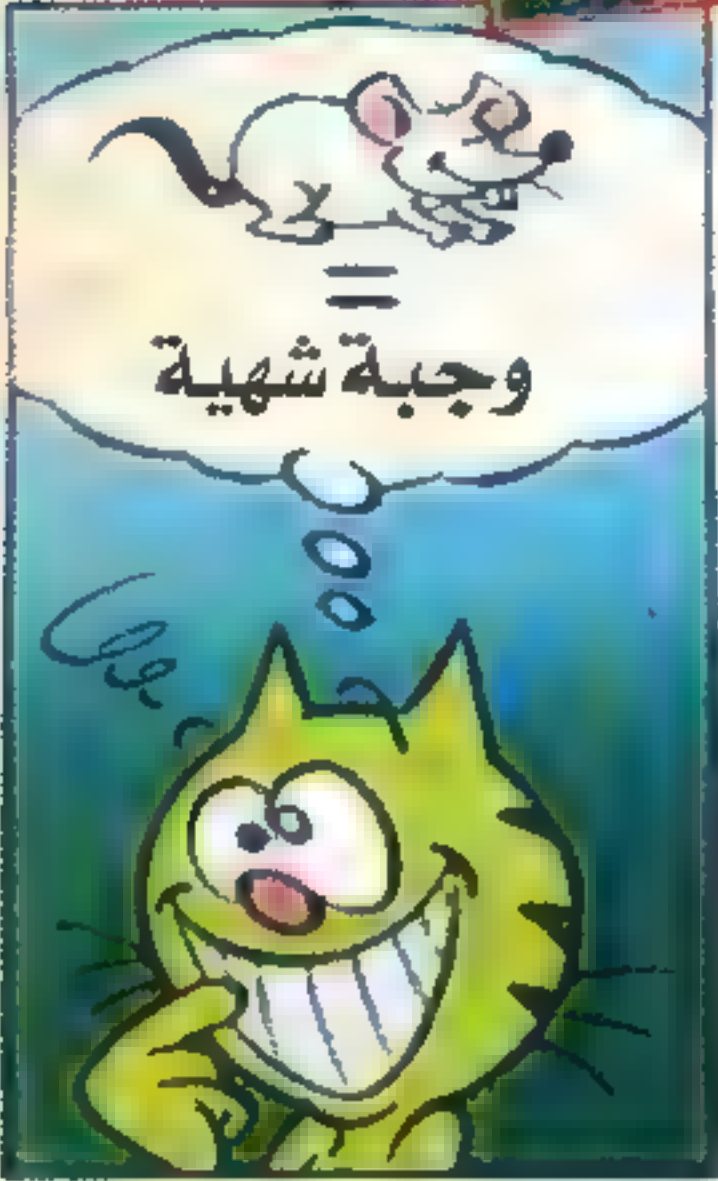
حسنا يا عزيزتي..
أنا في انتظارك



شمش..! رنجو..! سيأتي إلينا ضيف وسيقيم
معنا عدة أيام، فصدىقتي زوزون ستترك عندنا
فأرها الصغير «فوفو» أثناء سفرها.



وجبة شهية



تردد

لحظة
واحدة.

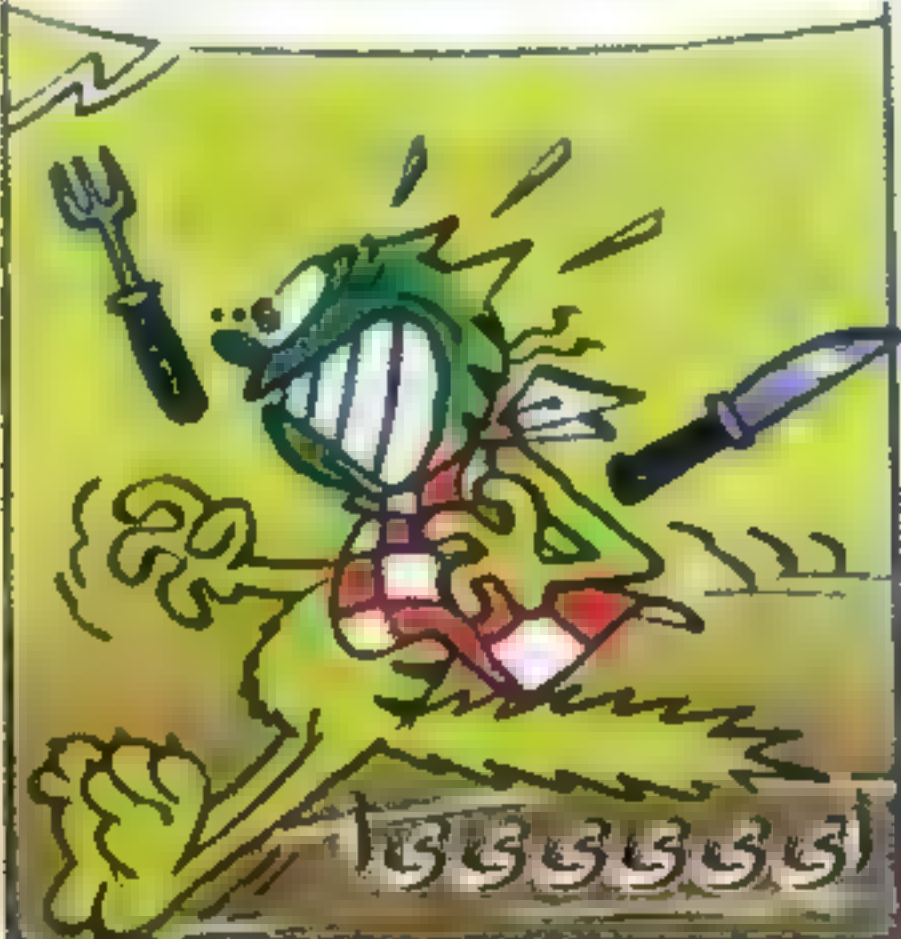
هياييه



صباح الخير.. شكرا لك
يا عزيزتي على
استضافتك لفوفو..



...إنه فأر ظريف جدا
وستستمتعون بالاقامة معه..



..أرجو أن تهتمى بأكله لأن
نفسه.. «مضضوضه»

فوفو حبيبي..
هل أنت سعيد؟

إبيدك



تسالي الأسبوع

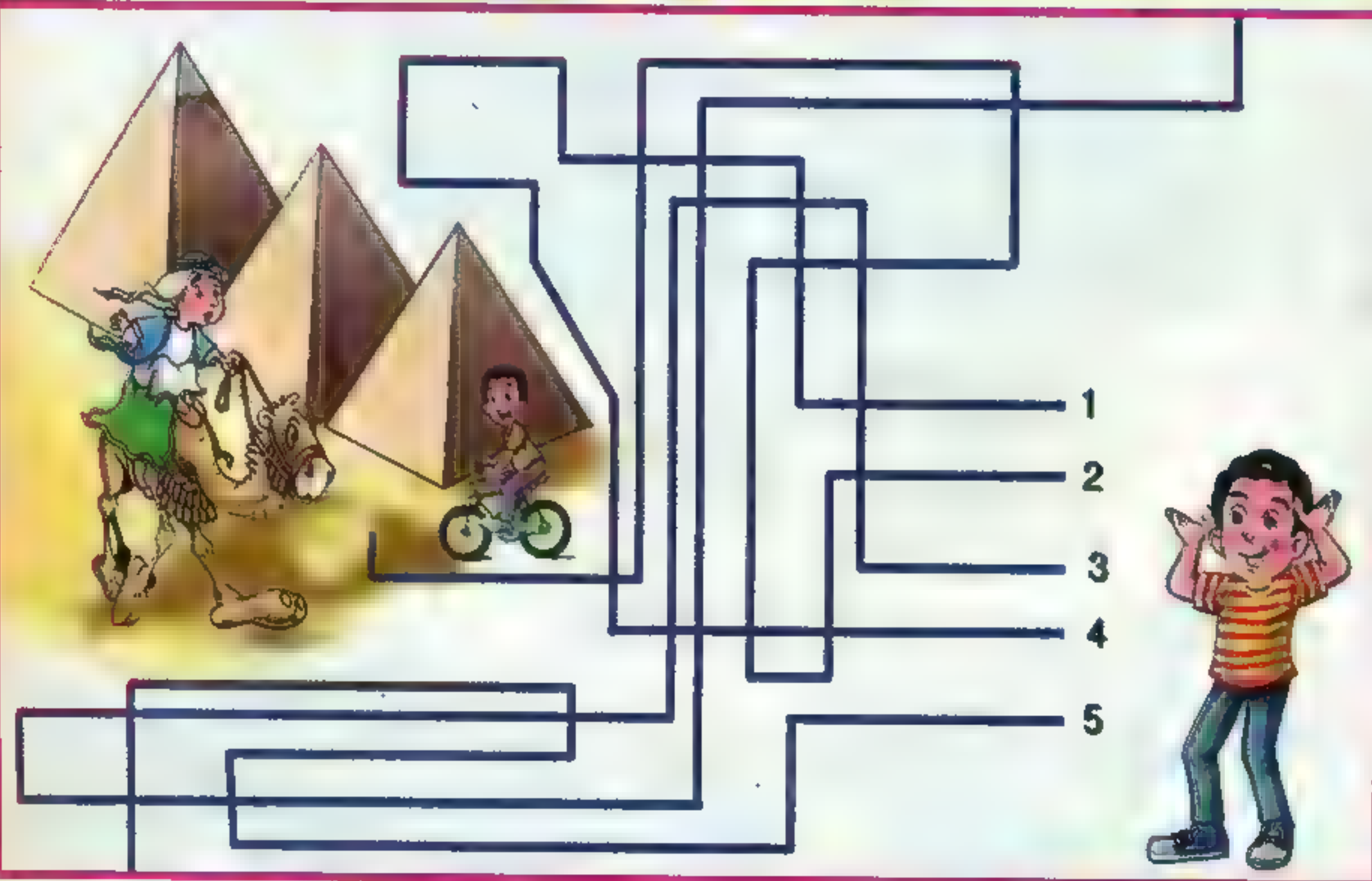
توصيل النقاط

الظل الصحيح

هل تستطيع أن تعرف رقم الظل الصحيح لهذه الرسمة؟



الطريق الصحيح



العدد الصحيح

هل تستطيع أن تعرف عدد قطع البيتزا المتداخلة مع بعضها؟



تسالي الأسبوع

الحروف المبشرة

أشطب أي حرف تكرر ٤ مرات وفي النهاية تحصل على الكلمة المبشرة حسب ترتيب حروفها وهي عن أقرب الكواكب السيارة إلى الشمس

خ	ب	م	ي	س	هـ	ج	ن	و	ث
ي	ع	ي	ح	م	ب	ف	س	ظ	م
ز	ق	ف	ش	ص	ق	ب	ص	ن	ن
ك	ص	ز	ث	ف	ط	ل	ج	س	ض
خ	و	ج	ض	ن	ز	ش	ن	ت	ت
ن	ظ	ا	س	ق	ج	غ	ب	ف	م
غ	ح	ص	ل	ت	ل	ث	ح	ض	ض
ش	هـ	ت	ذ	ك	ر	ق	ظ	ث	ز
ك	خ	هـ	ظ	ح	ض	د	هـ	خ	و
ذ	و	غ	ت	ل	ش	ذ	غ	ي	ك

٧٢	=	١٢	+	١٠	-	
+		÷		+		-
٣	=	٢	÷		÷	
÷		÷		-		-
٣	=		÷		+	٣
=		=		=		=
	=	٢	÷	١٠	+	

لعبة الأرقام

أكمل الأرقام الناقصة في المربعات الحمراء لتحقيق صحة المعادلات الآتية

الحلول الصحيحة

الظل الصحيح: رقم (٢) الطريق الصحيح: رقم (٢)
العدد الصحيح: ٩ قطع

- اختفاء الساعة يد بائع الآيس كريم
 - اختفاء العملة المعدنية من يد الولد
 - اختفاء إحدى بولات الآيس كريم
 - اختفاء فم الولد
 - اختفاء كرة من حذاء الولد
- مينى كلمات متقاطعة: خمسة ميداليات
الكلمة المبشرة: عطار

لعبة الأرقام: الصف الأول = ٧٠ / الصف الثالث = ٢٧ و ٢
الصف الخامس = ٢ و ٢ / الصف السابع = ٤٠ و ٢٥

إعداد: محمد عبد الفتاح
رسوم: عبد الشافي سيد

الاختلافات الخمسة

توجد ٥ اختلافات في الصورة الثانية.. هل تستطيع أن تعرفها؟



مينى كلمات متقاطعة

اكتب مرادفات الكلمات الآتية في مكانها بالجدول طبقاً لتوزيع الأرقام تحصل على كلمة السر وهي عن إنجاز أبطال مصر في أتيينا ٢٠٠٤

١٢	١١	١٠	٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١

١-٨-٩ شقيق الوالدة ٧-٢ بسط ٧-٣ حاجز ٥-٤ ضمير الغائبين
٦-١١ للنساء ٩-١٠ يخـ صنى ١١-١٢ قـ آدم





الحارس هنا وأقرب
ما تتخيلان



هممم! هذه المربي
لذيذة جدا!
ششت! إخفض صوتك بافركيكو
حتى لا يسمعنا الحارس ويعرف أننا
داخل الحديقة في الأوقات غير
الرسمية.



سأذوق هذه المربي
اللذيذة.. هاها



يااه! حظي رائع فالأول مرة
أنتصر على فركيكو وأحصل
منه على شيء..



يااه! لقد نسينا
برطمان المربي اللذيذة!

يااه! حظنا
سوء جدا!



آه..

آاه..

آاه..

آاه..



ولكن لماذا يخرج
نارا من فمه

شكرا ولكن لماذا يجري الحارس هكذا؟
هل هذه رياضة جديدة!

تذوق هذه المربي
اللذيذة ياسيدي

إنها بسبب هريسة الشطة
بالتأكيد.. هاهاها

تليفون ليك
يا معلمى ..
البوليس !!



ظهر حد يشا

روايات
مصرية للحب
تذوق متعة القراءة
مع أحلى القصص
وأجمل الروايات



روايات
مصرية للحب
مشوقة
شباب العالم العربي
من مصرية إلى مغربية

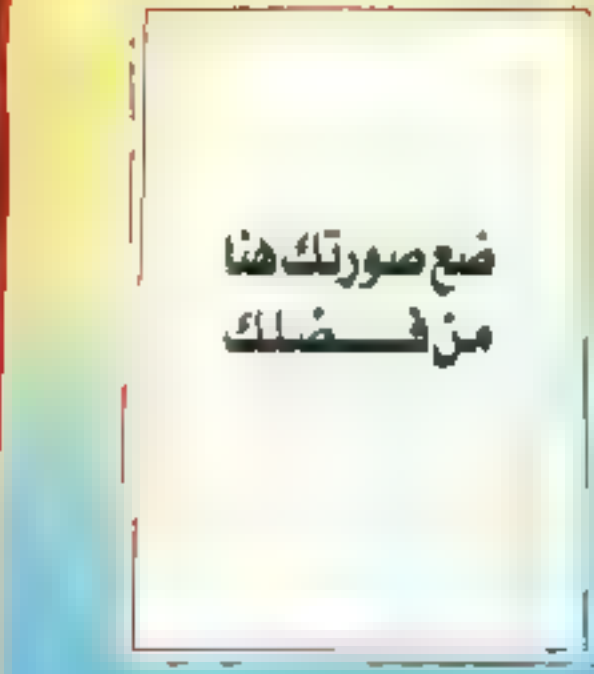


قسيمة المساهمات



العدد رقم ٣١٩

شارك معنا بالكتابة
في أحد هذه الأبواب



الاسم : _____

السن : _____ تليفون : _____

العنوان (بخط واضح) : _____

المدرسة : _____

إملا بيانات القسيمة وارسلها على عنوان بلبل مجلة الأبطال ٦ شارع الصحافة / مبنى دار أخبار اليوم / الجلاء / القاهرة

أسرتك هي والدك ووالدتك وإخوتك.. الكبار والصغار وأنت تفخر أنك أحد أفراد هذه الأسرة.. ما رأيك لو سجلت اعتزازك بهذه الأسرة؟ أرسل لنا صور أفراد أسرتك ونبرة بسيطة عن كل منهم لننشرها على صفحات مجلة الأبطال وتكون هدية جميلة للجميع

أسرتي

لهواة الصحافة وكل من يتمنى أن يكون صحفياً في المستقبل، ابدأ من الآن في إجراء حوارات ومقابلات صحفية مع كل مسئول تريد أن يعرف أصدقائك في مجلة بلبل أعماله وإنجازاته

حيث صحفى

إذا واجهت مشكلة عجزت عن إيجاد حل لها وتجد حرجاً في التحدث عنها مع أحد المقربين منك.. فاقترب يا صديقى ولا تحزن فكل مشكلة حل.. افتح قلبك وشاركنا معك في مشكلتك.. فالمشاركة تحل أكبر المشاكل.. اكتب ما تريد أن تبوح به.. وكل أسرارك معنا في أمان

افتح لى قلبك

إذا قرأت في الصحف أو المجلات أو شاهدت في التليفزيون خبراً أو ظاهرة لفتت انتباهك اكتبها لنا واكتب رأيك فيها ليعرفها كل أصدقائك في مجلة الأبطال

حدث وتعليق

ساهم معنا بالمعلومات الشيقة وكل ما هو نافع ومفيد من الموضوعات المختلفة في شتى مجالات الحياة لتشارك في زيادة معارف أصدقائك.. اكتب ما تريد نشره في باب مساهمات.

مساهماتى

في سطور قليلة اكتب ما تكنه نفسك إلى أى شخصية تحددتها سواء كانت من أقاربك أو زملاءك أو أى شخصية عامة من مجتمعتنا وارسلها لنا لننشرها لك على صفحات بلبل مجلة الأبطال

رسالة إلى

هدفنا فتاة ناضجة الشخصية تأخذ بأحدث العلوم والمعارف، وفي نفس الوقت تهتم بشئونها الخاصة، وبأسرتها وبيتها وأملنا أن تكتبى لنا مساهماتك وترسليناها مع صورتك وصور صديقاتك..

أخى الصغيرة

إذا أعجبتك شخصية إنسان ما.. عاش في الماضى أو يعيش معنا في الحاضر وتأثرت بأعماله وإنجازاته.. عرفنا بهذه الشخصية واكتب ما تريد أن تقدمه عنها ليعرفها أيضاً كل أصدقائك في مجلة الأبطال

شخصيات

أنت جزء من المجتمع الكبير الذى تعيش فيه وعليك المشاركة بالقول والفعل في أن يصبح هذا المجتمع نموذجياً في كل شئ.. إذا وجدت سلوكاً أو تصرفاً غير لائق بالمجتمع النموذجى.. اكتبه لنا واكتب رأيك فيه ليستفيد منه كل أبناء الوطن

عليب

من خلال صفحات بلبل مجلة الأبطال أرسل بتهنئتك إلى شخص عزيز لديك يحتفل بمناسبة سعيدة.. أرسل لنا بصورة المناسبة والمعلومات الكافية عنها ليشاركك كل القراء في هذه المناسبة

مبروك

قسيمة المساهمات

اكتب هنا ما تود أن ترسله لمجلة «بلبل» واكتب اسم الباب الذي تود النشر فيه مع رجاء الاختصار أكثر من باب واحد فقط.. حاول الاختصار في الموضوع حتى نتمكن من نشره.. «خير الكلام ما قل ودل»

المحافظة:

السن:

الاسم:

اكتب هنا الموضوعات أو القصص التي أعجبتك في هذا العدد

أعجبتني
في هذا
العدد

اكتب هنا الموضوعات أو القصص التي لم تعجبك في هذا العدد

لم يعجبني
في هذا
العدد

اكتب هنا اقتراحاتك التي تود أن تراها في مجلة الأبطال

اقتراحات

مغامرات جحا





حديقة الملاحة

المدينة الترفيهية المتكاملة

انتظروا...
أقوى حفلات
صيف ٢٠٠٤

الكارت
الذهبي

فقط ١٢٠ ج واستمتع
بجميع الألعاب والحفلات
طوال ٣٦٥ يوم أي عدد من المرات
للزبد الواحد

ج دخول وممارسة جميع الألعاب
أي عدد من المرات

٣٥

ج سعر الدخول واختار ما يناسبك
من كروت الشحن

١٠

مواعيد العمل : من ١٠ صباحاً حتى ٨ مساءً ما عدا الخميس والجمعة من ١٠ صباحاً حتى ١٠ مساءً
الأجازة الأسبوعية يوم الأربعاء

أول طريق مصر اسماعيلية الصحراوي مدخل مدينة العبور ت : ٤٧٧١٤٢٤ (٨ خطوط) الخط الساخن : ١٠٦٧٥٠٠٦١/٦٢/٦٣

خصم خاص جداً لحامل الكوبون



دخول وممارسة جميع الألعاب
أي عدد من المرات والسبب

لكل فرد (حامل الكوبون + ٢ مرافقين)

٢٥ بدلاً من ٣٥





هنا العمل لهُواة القصص الطمبورة و لا بهف للربح بك هدفه نوفر الطعة الأدبية لك من بهنم بهنا الفن
الرجاء حذف هنا اطلق بعد قرائنه و شراء النسخة الأصلية الورقية عند نوفرها في الأسواق لدعم استمراريها